فاعلية الذات لدى عينة من طلبة جامعة الأغواط في ضوء بعض المتغيرات

Self-efficacy among a sample of students from Laghouat University in light of some variables

Auto-efficacité parmi un échantillon d'étudiants de l'Université de Laghouat à la lumière de certaines variables

قويدري علي [1] *

تاريخ الإرسال: 2020/06/01 **تاريخ القبول:** 2022/08/09 **تاريخ النشر:** 2023/06/01

ملخص:

هدفت الدراسة الحالية إلى معرفة أثر التفاعل بين التخصص الدراسي والجنس على فاعلية الذات لدى عينة من طلبة الجامعة بولاية الأغواط، وفي الدراسة الأساسية المستندة إلى المنهج الوصفي تم تطبيق مقياس فاعلية الذات على عينة عشوائية من طلبة جامعة الأغواط بلغت 130 طالب وطالبة. وقد أسفرت الدراسة على النتائج التالية: – لا يوجد أثر دال إحصائيا للتفاعل بين التخصص العلمي والجنس على فاعلية الذات لدى عينة من طلبة الجامعة. –توجد فروق في مستوى فاعلية الذات تعزى إلى متغير التخصص الدراسي لصالح التخصص العلمي. –توجد فروق في مستوى فاعلية الذات تعزى إلى متغير الجنس لصالح الذكور.

الكلمات المفتاحية: فاعلية الذات ؛ التفاعل ؛ التخصص الدراسي ؛ الجنس، طلبة الجامعة

Abstract : The current study aimed to know the effect of the interaction between the academic specialization and gender on the self-efficacy of a sample of university students in the state of Laghouat. and in the basic study based on the descriptive method the scale self-efficacy was applied to a random sample of 130 students from the University of Laghouat. The study yielded the following results: - There is no statistically significant effect of the interaction between the Academic specialization and gender on self-efficacy of a sample of university students. -There are differences in the level of self-efficacy attributable to the variable of the academic specialization in favor of the scientific specialization. -There are differences in the level of self-efficacy attributable to the gender variable in favor of males.

Keywords: self-efficacy; interaction; Academic specialization; Sex, university students

Résumé : La présente étude visait à connaître l'effet de l'interaction entre la spécialisation académique et le sexe sur l'auto-efficacité d'un échantillon d'étudiants universitaires dans wilaya de Laghouat. et dans l'étude de base basée sur le méthode descriptive L'échelle auto-efficacité a été appliquée à un échantillon aléatoire de 130 étudiants de l'Université de Laghouat. L'étude a donné les résultats suivants: - Il n'y a pas d'effet statistiquement significatif de l'interaction entre la spécialisation académique et le sexe sur l'auto-efficacité d'un échantillon d'étudiants universitaires. -Il existe des différences dans le niveau d'auto-efficacité attribuables à la variable de spécialisation académique en faveur de la spécialisation scientifique. -Il existe des différences dans le niveau d'auto-efficacité attribuable à la variable de genre en faveur des hommes.

Mots clés : auto-efficacité; Réaction; Spécialisation académique; Sexe

*قويدري علي

[1] Kouidri ali, Amar Thliji University of Laghouat, Mental health laboratory:Laghouat, ali.kouidri@lagh-univ.dz ,

مقدمة:

يعتبر التعليم الجامعي من أهم المراحل التعليمية في حياة الإنسان وهو ينال بمستوياته المختلفة كثيرا من العناية والإهتمام في معظم دول العالم، لما يؤديه من دور هام في مجال التنمية البشرية والإجتماعية والإقتصادية، حيث تتفاعل الجامعات مع المجتمع، في بحث حاجاته وتوفير متطلباته وذلك من خلال تكريس جهودها في إعداد الطلاب والطالبات من الشباب الذين تعتمد عليهم المجتمعات في نهضتها وبنائها، وعلى الرغم من أن الجامعات تعمل على بناء الشخصية إلا أن طلبة الجامعة لا يزالون يفتقدون إلى بناء الشخصية المتكاملة، وأن حاجة لإعادة تأهيلهم بما يمكنهم من زيادة في ثقتهم في قدراتهم .

ويعد مفهوم فاعلية الذات Self-Efficacy من أهم مفاهيم علم النفس الحديث، وهي من المفاهيم التي أصبحت شائعة في الكتابات النفسية، وترجع أهميتها إلى الدور الحيوي الذي تؤديه في دفع السلوك وتوجيهه واستمراره، فهي معيار النجاح في مختلف جوانب الحياة، حيث تتضمن اعتقاد الفرد بشأن المهارات التي يمتلكها وتؤثر في قراراته وسلوكياته في شتى المجالات.

وكان مصطلح فاعلية الذات قد انبثق من نظرية باندورا في التعلم الاجتماعي، وذلك من خلال مفاهيم ومبادئ عامة عن تنظيم الذات(Self Regulation) وهي الآلية الثانية في عملية التعلم التي تشكل مع العمليات الإبدالية (Vicarious) والعمليات المعرفية (Cognitive) منظومة التعلم الاجتماعي. (يوسف، 2016، صفحة 26)

تعمل فاعلية الذات على تعزيز الدافعية العلمية، والإنجاز الأكاديمي أو إعاقتهم، فالطالب من ذوي فاعلية الذات المرتفعة يختارون تنفيذ المهام التي تشكل تحديا بالنسبة إليهم، وهم يضعون لأنفسهم الأهداف الأكاديمية العليا، ويعملون لتحقيقها إذ أنهم يستثمرون المزيد من جهودهم، ويثابرون لفترة زمنية أطول من ذوي الذات المختلفة.

وبالتالي، فإن الأشخاص ذوي المستوى المرتفع من فاعلية الذات يتعاملون مع المهام الصعبة كتحديات يجب مواجهتها بدلا من التهديدات التي يجب تجنبها. يستثمرون الكثير من الجهد، المثابرة في حالة الفشل. يتعاملون مع التهديدات أو الضغوطات المحتملة بطرق تفكير إيجابية وبناءة، تعمل هذه الثقة على تحسين الأداء وتقليل التوتر وتقليل التعرض للاكتئاب، مما يزيد من رفاهية الفرد. على العكس، الأشخاص الذين لديهم مستوى منخفض من فاعلية الذات يصبح لديهم تجنب للمهام الصعبة ويشكون في قدراتهم، ويقللون من طموحاتهم وتطلعاتهم، ولديهم صعوبات في تحفيز أنفسهم واستسلامهم بسرعة في مواجهة عقبة الفشل، الذي يعزونه إلى نقص المهارات، يتعرضون أيضا لأساليب تفكير مدمرة ومؤلمة، كما ويواجهون صعوبات في العثور على الكفاءة الذاتية المدركة، فهم بسهولة عرضة للإجهاد والاكتئاب.

كما أن فاعلية الذات من الصفات الهامة للشخصية السوية لشعور الفرد بالمسؤولية في شتى مجالاتها، سواء كانت مسؤولية نحو الأسرة، أو نحو المؤسسة التي يعمل فيها، أو نحو زملائه وأصدقائه وجيرانه وغيرهم من الناس الذين يختلط بهم، أو نحو المجتمع عامة، أو الإنسانية بأسرها.

وهكذا نجد أن الفاعلية الذاتية تؤدي دورا هاما في اكتساب المعرفة والاحتفاظ بها كونها المحرك والموجه الذي بدونه لا يمكن أن تتم عملية التعلم، فالطلبة ذوي الإحساس المنخفض بالفاعلية الذاتية يتجنبون الأعمال الاجتماعية التي

تتطلب تحمل المسؤولية، ويستغرقون وقتا أطول في فهم واستذكار دروسهم، ولا يستطيعون ممارسة الإستراتيجيات التي ترتكز على عمليات عقلية عليا. (يوسف، 2016، صفحة 03).

ويشير فريدمان أن فاعلية الذات تؤثر في الاستعداد للعمل، فالأفراد ذوو الكفاءة المرتفعة يفضلون أداء مهام أكثر صعوبة من الأفراد ذوو الفاعلية الذاتية المنخفضة الذين يتجنبون تلك المهام والمسؤوليات الاجتماعية، كما أن فاعلية الذات تؤثر في درجة التوافق النفسي والاجتماعي لدى الفرد، وكذلك قدرته على حل المشكلات، والقدرة على تحمل المسؤولية الاجتماعية، كما تؤثر أيضا في الاختيار المهني والأكاديمي بشكل واضح، وتؤدي دورا واضحا في تحديد تلك الإختيارات، وهي حاجزٍ وقائي ضد التوتر والاكتئاب إذ إن مجموعات فاعلية الذات المنخفضة كان لديهم مستويات أعلى في مشكلات التوتر والنوم والقلق والأفكار الانتحارية، والعجز والاكتئاب، على العكس من مجموعات فاعلية الذات المرتفعة الذين تمتعوا بإقبال على الأنشطة وتحمل المسؤولية، وتحدي واضح للتغلب على التحديات. (Frieddman, 2000, p. 566)

وهي أيضا انعكاس إيمان الفرد بقدراته على إنجاز المهام، بشكل عام الأفراد ذوي فاعلية ذات مرتفعة أداءهم أفضل، ويصرون أكثر على مواجهة العقبات، ونتائجهم التعليمية مرتفعة وأكثر تحفيزا مقارنة مع الأفراد ذوي فاعلية الذات المنخفضة، لأن الكفاءة الذاتية لا تؤثر فقط على الأداء، ولكن أيضا على العمليات المعرفية والتحفيز والمشاعر. من المرجح أن ينظر الأفراد ذوو فاعلية الذات مرتفعة إلى المهام الصعبة على أنها تحديات وليست التهديدات، وتعزيز التحفيز والمشاركة، والمثابرة، واستخدام أكثر فعالية للتكيف، في المقابل فاعلية ذات منخفضة للفرد يصاحبه شعور أقل بالكفاءة الذاتية يقوض الأداء ويضعف المشاركة ويؤدي إلى التخلي عن المهام بشكل أسرع.(Aimee, 2014, p. 256)

وقد أ كدت نتائج بعض الأبحاث والدراسات أن الطلبة ذوي الإحساس المنخفض بفاعلية الذات يتجنبون الأعمال الاجتماعية التي تتطلب من الفرد تحمل المسؤولية تجاهها، كما أن اعتقاد الفرد في فاعليته الذاتية يؤثر في تفكيره وتصرفاته تجاه الآخرين، وسلوكاته الاجتماعية، كدراسة كل من سالم (2009) المخلافي وآخرون (2010)، المصري (2011)، أبو غالي (2012) ، القريشي (2012) ، عودة (2014)

وفي واقع المعاش في الجامعة الجزائرية يتعرض الطالب الجامعي لكثير من الضغوط سواء الأكاديمية أو النفسية أو الإقتصادية أو الإجتماعية ، كمثال على ذلك نجد أن بعض الطلبة يدرسون في تخصصات لا يرغبون فيها لأسباب كثيرة منها أن معدلهم الدراسي لا يؤهلهم للإلتحاق بتخصصات مناسبة لهم، أو أن بعض الطلبة يدرسون في تخصصات امتثالا لرغبة والديهم وهذا ما نجده عند الكثير من الطالبات، أو أن بعض التخصصات العلمية المرغوب في دراستها غير موجودة في محل إقامتهم مما يضطرهم إلى التنقل إلى جامعات أخرى وهذا قد يكون غير متيسر لكثير من الطلبة. لذا فإن العمل على تخفيف هذه الضغوط التي تواجه الطلبة قد يشكل دعما إيجابيا ينعكس إيجابا على مستوى توافقه مع الحياة الجامعية وتساعدهم على ووضع الإستراتيجيات المختلفة، والفاعلة لتنمية قدراتهم المعرفية والأكاديمية.

وبناء على ما سبق، ونظرا لأهمية فاعلية الذات لطلبة الجامعة ودورها في دافعية الطالب في القيام بأي عمل أو نشاط دراسي، يحاول البحث الحالي الكشف عن أثر التفاعل بين التخصص الدراسي (أدبي/علمي) والجنس (ذكر/أنثى) على فاعلية الذات لدى طلبة الجامعة من خلال طرح التساؤل التالي:

-هل يوجد أثر دال إحصائيا للتفاعل بين التخصص العلمي (أدبي/علمي) والجنس (ذكور/إناث) على فاعلية الذات لدى عينة من طلبة الجامعة؟

فرضية الدراسة:

-لا يوجد أثر دال إحصائيا للتفاعل بين التخصص العلمي (أدبي/علمي) والجنس (ذكور/إناث) على فاعلية الذات لدى عينة من طلبة الجامعة.

دراسات سابقة :

-دراسة حنان الحربي (2006) المملكة العربيةالسعودية: دراسة تهدف إلى بحث علاقة التحصيل الدراسي بكل من فاعلية الذات العامة والأكاديمية واتجاه الضبط لدى عينة من (497) من طلاب وطالبات جامعة أم القرى في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية العمر، الجنس، التخصص، المستوى تم تطبيق كل من مقياس فاعلية الذات العامة لشن وآخرين، ومقياس فاعلية الذات الأكاديمية لوود لوك ومقياس الضبط لروتر، بالإضافة إلى درجات التحصيل الدراسي للطلبة، وأسفرت الدراسة عن النتائج التالية: -وجود علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية بين فاعلية الذات العامة والأكاديمية.

-وجود علاقة موجبة سالبة ذات دلالة إحصائية بين التحصيل الدراسي وكل من فاعلية الذات العامة والأكاديمية .

-وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلاب والطالبات في فاعلية الذات العامة والأكاديمية لصالح الطلاب.

-دراسة هانوفر (Hanover 2010) الولايات المتحدة :هدفت الدراسة :إلى الكشف عن دور الجنس في تطور فاعلية الذات، وتكونت عينة الدراسة (187) طالباً وطالبة من طلاب المرحلة الجامعية، و استخدم الباحث مقياس هارتز لفاعلية الذات، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن متغير الجنس يلعب دورا أساسياً في تطور فاعلية الذات، وأن الاختلاف في الأساليب يتغير بموجبها بين الذكور والإناث عبر الزمن الذات، يمكن إرجاعها للسلوك جنسيا وكذلك إلى الفروق في الخصائص الذاتية. (الرشيدي، 2018، صفحة 77)

دراسة المصري (2011) فلسطين: هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح الأكاديمي، وتم الاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي، وبلغت عينة الدراسة (626) طالباً وطالبة من طلبة جامعة الأزهر بغزة، وجرى تطبيق الأدوات الآتية :مقياس قلق المستقبل، مقياس فاعلية الذات، ومقياس الطموح الأكاديمي .من أبرز نتائج الدراسة :وجود علاقة ارتباطيه سالبة دالة إحصائيا بين قلق المستقبل وأبعاده وبين فاعلية الذات، عدم فروق ذات دلالة إحصائية في كلية العلوم والآداب على مقياس فاعلية الذات، وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس فاعلية الذات بين الذكور والإناث لصالح الذكور. (بندر، 2018)

دراسة سيتي وسواري Siti and Sawari (2013) ماليزيا: يستكشف ما إذا كان هناك فرق ذي دلالة إحصائية في مستوى فعالية الذات العامة لدى عينة من الطلاب الماليزين. وشارك في الاستطلاع 489 طالبا باستخدام استبيان مكون من 10 عناصر لقياس فاعلية الذات تم اختبار العناصر تجريبيا قبل أن تدار على المستجيبين. تم تحليل البيانات كميا أظهرت النتائج أن غالبية الطلاب يعانون من مستوى معتدل من فاعلية الذات. تظهر نتائج الدراسة أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين. (Siti salwa, 2013)

–دراسة عبد الله والقدور (2016) سوريا: بعنوان هدفت الدراسة إلى بحث العلاقة بين فاعلية الذات العامة والهدف من الحياة لدى عينة من طلبة الجامعة، وتم الاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي، وبلغت عينة الدراسة 152 طالباً وطالبة، وطبقت الباحثة مقياس فاعلية الذات العامة من إعداد العدل (2001) ، ومقياس الهدف من الحياة من إعداد Crumbaugh & Maholick ، ومن أهم نتائج الدراسة :وجود علاقة ارتباطية إيجابية ذات دلالة إحصائية بين فاعلية الذات والهدف من الحياة، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة الذكور والإناث في فاعلية الذات لصالح الذكور، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة في التخصص العلمي والأدبي في فاعلية الذات لصالح طلبة التخصص العلمي. (يوسف، 2016، صفحة 14)

–**دراسة الرشيدي (2018) الكويت** :جاءت هذه الدراسة بهدف التعرف على طبيعة العلاقة الارتباطية وبيان الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين فاعلية الذات وبعض عوامل الشخصية لدى طلاب جامعة الكويت تبعاً (للجنس، والكلية، والسنوات الدراسية) ولتحقيق تلك الأهداف استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي، و بلغت عينة الدراسة 463 طالب طبقت الباحثة مقياسين : الأول فاعلية الذات. من إعداد / هويدا حنفي، والثاني مقياس عوامل الشخصية من إعداد / بدر الأنصاري . وقد توصلت الدراسة إلى النتائج الآتية: توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى بين الذكور والإناث على مقياس فاعلية الذات لدى طلاب جامعة الكويت فيما يتعلق ببعدي انجاز الأداء والاقتناع اللفظي لصالح الذكور، توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب الكليات (الأدبية والعلمية والمهنية) تجاه فاعلية الذات لدى طلاب جامعة الكويت في بعدي انجاز الأداء والاستثارة الانفعالية لصالح طلاب الكليات المهنية. (الرشيدي، 2018)

التعقيب على الدراسات السابقة :

– **من حيث الهدف:** هدفت بعض الدراسات السابقة لدراسة علاقة فاعلية الذات مع متغيرات أخرى كالتحصيل الدراسي والسمات الشخصية وهدف الحياة، وقلق المستقبل، كما هدفت الدراسات السابقة لمعرفة الفروق في مستوى فاعلية الذات تعزى إلى متغيري الجنس والتخصص .

–**من حيث المنهج** : معظم الدراسات المتعلقة بدراسة فاعلية الذات تناولت في دراستها المنهج الوصفي، وهو ما يتفق مع الدراسة الحالية .

–**من حيث الأدوات** :تعددت الأدوات المستعملة في الدراسات السابقة لقياس متغيرات الدراسة، بعض الدراسات استعملت مقاييس عالمية كمقياس لشن وآخرين، ومقياس فاعلية الذات الأكاديمية لوود لوك ومقياس الضبط لروتر، مقياس هارتز لفاعلية الذات، وبعض الدراسات صممت مقاييس في البيئة العربية كدراسة عبد الله والقدور(2016) الذي استخدم

مقياس عادل العدل (2001) لقياس فاعلية الذات ، ودراسة الرشيدي (2018) التي استخدمت مقياس هويدا حنفي لقياس فاعلية الذات ومقياس بدر الأنصاري لقياس عوامل الشخصية، وهو أيضا ما يتفق مع الدراسة الحالية حيث أن الباحث استخدم مقياس العدل (2001) المصمم على البيئة العربية (الفلسطينية) وأعاد الباحث دراسة خصائصه السيكومترية (صدق وثبات) على البيئة المحلية.

-**من حيث العينة:** جل الدراسات أجريت على عينة من طلبة الجامعة، وهو ما يتفق مع عينة الدراسة الحالية، كما تنوعت عينة الدراسات السابقة من بيئات مختلفة فنجد البيئة السورية والكويتية والماليزية والفلسطينية والأمريكية والسعودية.

-**من حيث نتائج الدراسة:** تنوعت نتائج الدراسات السابقة خاصة الدراسات التي درست الفروق في متغيري الجنس والتخصص الدراسي، فبعض الدراسات توصلت إلى فاعلية الذات لدى الذكور أكثر من الإناث كدراسة نيفين المصري (2011)، دراسة الرشيدي 2018 دراسة حنان الحربي (2006)، دراسة عبد الله والقدور(2016) ، وبعض الدراسات توصلت إلى وجود في فاعلية الذات لصالح الإناث كدراسة Siti and Sawari (2013)، ونفس الشيء بالنسبة للفروق في متغير التخصص الدراسي كدراسة عبد الله والقدور (2016) ، والرشيدي (2018)، كانت الفروق لصالح التخصص العلمي في فاعلية الذات واختلفت هذه النتيجة مع دراسة نيفين المصري (2011) بعدم وجود فروق بين التخصص العلمي والأدبي.

بمراجعة الدراسات السابقة والتي تناولت متغير فاعلية الذات يتضح ندرة الدراسات –في حدود علم الباحث– التي تناولت أثر التفاعل بين التخصص الدراسي متغير الجنس على مستوى فاعلية الذات سواء في البيئة المحلية أو العربية، وهذا ما يميز الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة العربية والأجنبية التي تمت مراجعتها. مما تجعل هذه الدراسة إثراء علميا على المستوى المحلي والعربي.

1.الإطار النظري:

نستعرض في الإطار النظري مفهوم فاعلية الذات وأبعاده وبعض مصادره .

1.1 مفهوم فاعلية الذات :Self-efficacy

مفهوم فاعلية الذات وضع أساسه العالم (باندورا) أثناء طرحه لنظريته " النظرية المعرفية الاجتماعية"، ويذكر شعراوي وأنه بالرجوع إلى قواميس اللغة لتحديد الترجمة الصحية للمصطلح أنه وجد يرد عند كل من إلياس وإدوار إلياس (1983) والكرامي (1987) والبعلبكي (1993) بمعنى فاعلية في حين ورد مصطلح Efficiency بمعنى الكفاية ، وجدير بالذكر أن قواميس علم النفس قد تناولت مصطلح Efficacy بمعنى الفاعلية و مصطلح Efficiency بمعنى كفاية. (الشعراوي، 2010، صفحة 297)

ويوجد من المصطلحات ما يستخدم للتعبير عن فاعلية الذات مثل: الثقة بالنفس، ومركز التحكم، وفاعلية الذات المدركة ويلاحظ أن الثقة بالنفس والحافز للعمل تقوي من خبرة السيطرة.

عرف (باندورا ، 1994) فاعلية الذات بأنها معتقدات الناس حول قدراتهم على القيام بمستويات معينة من الأداء، الذي يتحكم في أحداث تؤثر على مجرى حياتهم . و يمكن أن تنشأ هذه المعتقدات من خبرات التمكن الناتجة عن

الإنجاز و النجاح المسبق، و الخبرات البديلة من خلال ملاحظة الشخص لنجاح الآخرين المماثلين له في أعمال مشابهة، فالاقتداء بالنماذج الاجتماعية يوفر معايير يحكم الشخص على نفسه من خلالها، كما أن الإقناع الاجتماعي يعزز الإحساس بالفاعلية الذاتية .(bandura a. , 1994, p. 71)

ويعرفه أيضا بأنه "إيمان الفرد بقدرته على تنظيم وتنفيذ مسار العمل المطلوب من أجل توليد المطلوب من النتائج النتائج" (Bandura, 2003, p. 82)

وينظر (عادل العدل) إلى فاعلية الذات على أنها ثقة الفرد الكامنة في قدراته، خلال المواقف الجديدة، أو المواقف ذات المطالبة الكثيرة وغير المألوفة، أو هي اعتقادات الفرد في قواه الشخصية، مع التركيز على الكفاءة في تفسير السلوك دون المصادر أو الأسباب الأخرى للتفاؤل. (العدل، 2001، صفحة 131)

في حين عرف" جيليهان "فاعلية الذات بأنها اعتقادات الفرد في قدرته لإنتاج مهمة معينة .(Gillihan, 2002, p. 33).

أما (المزروع، 2007) فاعتبر فاعلية الذات إحدى موجهات السلوك، فالفرد الذي يؤمن بقدرته يكون أكثر نشاطا و تقديرا لذاته، و يمثل ذلك مرآة معرفية للفرد، و تشعره بقدرته على التحكم في البيئة، حيث تعكس معتقدات الفرد عن ذاته وقدرته على التحكم في معطيات البيئة من خلال الأفعال والوسائل التكيفية التي يقوم بها، والثقة بالنفس في مواجهة ضغوط الحياة. (حجازي، 2013، صفحة 420).

ويرى ميرفي (1997) أن فاعلية الذات هي ميكانزيم ينشأ من خلال تفاعل الفرد مع البيئة، واستخدامه لإمكانيته المعرفية، ومهاراته الاجتماعية والسلوكية الخاصة بالمهمة وهي تعكس ثقة الفرد بنفسه وقدرته على النجاح في الأداء (المصري، 2011، صفحة 46)

كما أن مستوى فاعلية الذات يؤثر على العملية المعرفية بشكل عام من خلال التأثير في :

1- الأهداف التي يضعها الأفراد لأنفسهم فالأفراد الذين يمتلكون مستوى فاعلية مرتفعة يضعون أهدافا طموحة، ويهدفون لتحقيق العديد من الإنجازات بعكس الذين لديهم فاعلية الذات ضعيفة.

2- الخطط والإستراتيجيات التي يضعها الأفراد من أجل تحقيق الأهداف.

3- التنبؤ بالسلوك والتأثير في الأحداث.

4- القدرة على حل المشكلات، فالأفراد ذوو الفاعلية المرتفعة عادة ما يكونون أكثر كفاءة في حل المشكلات (الحربي، 2018، صفحة 190).

ونستطيع أن نعطي الفكرة الأساسية لفاعلية الذات بأنها ثقة الفرد في قدرته فيما يتعلق بمهمة معينة تحدد جزئيا الطريقة التي سيتعامل بها مع المهمة ومستوى الأداء الذي سيحققه، شريطة أن يعتمد الأخير على الأقل جزئيا على أفعال الفرد. بشكل عام، تساعد فاعلية الذات الفرد على اختيار أفعالهم والتحكم فيها (بذل الجهد، والمثابرة)، ولكن أيضا باختيار أفكارهم سواء (إيجابية أو سلبية)، ومشاعرهم (ردود الفعل العاطفية للعقبات)، ودوافعهم، وما إلى ذلك، كما تعتبر فاعلية الذات مفيدة لتحفيز الأفراد نحو التحسين المستمر. (Estad eyvint, 2017)

التعريف الإجرائي لمتغير فاعلية الذات : تعرف فاعلية الذات إجرائيا في الدراسة الحالية بالدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس فاعلية الذات من خلال المقياس المستخدم في هذه الدراسة.

2.1 أبعاد فاعلية الذات:

حدد باندورا ثلاثة أبعاد تتغير فاعلية الذات تبعا لها هي:

1.2.1 **الفاعلية (Magnitude)** : ويقصد بها مستوى قوة دوافع الفرد للأداء في المجالات والمواقف المختلفة، ويختلف هذا المستوى تبعا لطبيعة أو صعوبة الموقف، ويبدو قدر الفاعلية بصورة أوضح عندما تكون المهام مرتبة وفقا لمستوى الصعوبة والاختلافات بين الأفراد في توقعات الفاعلية، ويمكن تحديدها بالمهام البسيطة المتشابهة، ومتوسطة الصعوبة، ولكنها تتطلب مستوى أداء شاق في معظمها، ومع ارتفاع مستوى فاعلية الذات لدى بعض الأفراد فإنهم لا يُقبلون على مواقف التحدي، وقد يرجع السبب في ذلك إلى تدني مستوى، الخبرة، والمعلومات السابقة. (المصري، 2011، صفحة 49)

2.2.1 **العمومية (Generality)**: العمومية هي مدى تعميم فاعلية الذات من مهمة واحدة على مهام أخرى أو مجالات أخرى. تكتسب العمومية أهمية خاصة عند فهم كيفية تقدير فاعلية الذات لأحدها تعميم المهام على المهام الأخرى ذات الصلة، مثل المجالات الأكاديمية (Aimee, 2014, p. 257)، فالأفراد غالبا ما يعممون إحساسهم بالفاعلية في المواقف المشابهة للمواقف التي يتعرضون لها، وفي هذا الصدد يذكر" باندروا " أن العمومية تحدد من خلال مجالات الأنشطة المتسعة في مقابل المجالات المحددة، وأنها تختلف باختلاف عدد من الأبعاد مثل: درجة تشابه الأنشطة، والطرق التي تعبر بها عن الإمكانات أو القدرات السلوكية، والمعرفية، والوجدانية، ومن خلال التفسيرات الوصفية للمواقف، وخصائص الشخص المتعلقة بالسلوك الموجه.

3.2.1 **القوة أو الشدة (Strength)**: بين ألبرت باندورا أن قوة الشعور بالفاعلية الشخصية تعبر عن المثابرة العالمية والقدرة المرتفعة التي تمكن من اختيار الأنشطة التي سوف تؤدي بنجاح، كما يذكر أيضا أنه في حالة التنظيم الذاتي للفاعلية فإن الناس سوف يحكمون على ثقتهم في أنهم يمكنهم أداء النشاط بشكل منظم في خلال فترات زمنية محددة (بندر، 2018، صفحة 28)، فالمعتقدات الضعيفة عن الفاعلية تجعل الفرد أكثر، قابلية للتأثر بما يلاحظه مثل ملاحظة فرد يفشل في أداء مهمة ما أو يكون أداؤه ضعيفا . (Albert, 1997, p. 45)

ويشير أيضا هذا البعد إلى عمق الإحساس بالفاعلية الذاتية، بمعنى قدرة أو شدة أو عمق اعتقاد أو إدراك الفرد أن بإمكانه أداء المهام أو الأنشطة موضوع القياس. و يتدرج بعد القوة أو الشدة على متصل ما بين قوي جدا إلى ضعيف جدا. (الزيات، 2001، صفحة 510)

3.1 مصادر فاعلية الذات

هناك أربعة مصادر لفاعلية الذات تتمثل في :

1.3.1 **الإنجازات الأدائية :Performance accomplishment** : تشير إلى خبرات الفرد وتجاربه السابقة ومدى النجاح أو الإخفاق فيها، فالأفراد الذين لديهم شعور قوي بالفاعلية الشخصية يكون لديهم قدرة على تنفيذ الأنشطة وتحديد

الأهداف الصعبة والإلتزام بتنفيذها وتركيز الجهود لمواجهة الفشل، هؤلاء يكونون أكثر قدرة على استعادة ثقتهم بأنفسهم والإقتراب من المهام الصعبة، بينما الأفراد الذين لديهم إخفاق أو فشل متكرر فإن هذا يخفض من الفاعلية لديهم، وهذه الإنجازات الأدائية يمكن نقلها من خلال النمذجة المشتركة حيث تعمل على تعزيز الفاعلية لدى الفرد. (Hemmings, 2015, p. 17)

2.3.1 الخبرات البديلة Vicarious Experience : ويشير هذا المصدر إلى الخبرات غير المباشرة التي يحصل عليها الفرد، فرؤية أداء الآخرين للأنشطة والمهام الصعبة يمكن أن تنتج توقعات مرتفعة مع الملاحظة الجيدة والرغبة في المثابرة مع الجهود، ويطلق على هذا المصدر" التعلم بالنموذج وملاحظة الآخرين "، فالأفراد الذين يلاحظون نماذج ناجحة يمكنهم استخدام هذه الملاحظات لتقدير فعاليتهم الخاصة. (المصري، 2011، صفحة 52)

3.3.1 الإقناع اللفظي Verbal Persuasion: يعد هذا وسيلة بناءة لمساعدة الأفراد من أجل تحقيق النجاح من خلال إقناعه لفظيا عن طريق استعراض خبرات الآخرين الناجحة والأفراد الموثوق بهم والذين يعبرون عن ثقتهم بأدائهم، مما يزيد في رغبتهم في الأداء وتعزيز لديهم، وبالتالي فإن هذا يؤثر في سلوكهم أثناء محاولتهم تنفيذ المهمة، وذكر باندورا Bandura بأن الإقناع اللفظي من السهل تحقيقه إلا أنه غير مجديا إذا كان الإقناع والثناء سطحيا وغير متوازن مع أداء الفرد. (Lamport, 2012)

4.3.1 الاستثارة الانفعالية Emotional States: وتشير إلى حالات القلق والضغوط النفسية والاستشارة والإجهاد وما تتركه من أثر في معتقدات فعالة للذات، وأن الإنسان ذا الكفاية الأعلى أكثر قدرة على التحكم بها، وتظهر الاستثارة الانفعالية بصفة عامة في المواقف الصعبة والتي تتطلب مجهودا عاليا، وتعتمد على معلومات الفرد فيما يتعلق بالكفاءة الشخصية، وتقويم معلوماته فيما يتعلق بالقدرة على إنجاز المواقف، وقد إعتاد بعض من الأفراد على تنفيذ عمل معين في الاستثارة الانفعالية، فنجد الفرد الذي يعاني من قلق مرتفع، يغلب أن تكون توقعاته حول فاعلية الذات لديه منخفضة، في حين أن القلق الطبيعي والواقعي يزيد من توقعات فاعلية الذات ويساهم في رفع مستواها لدى الفرد. (Albert, 1997, pp. 38-39)

2 الطريقة والأدوات:

يستعرض الباحث المنهج المستخدم وأداة الدراسة وشرح خصائص العينة والأساليب الإحصائية المستعملة.

1.2 منهج الدراسة

من أجل تحليل ودراسة الإشكالية المطروحة واستجابة لطبيعة الموضوع تم الاعتماد على المنهج الوصفي. ويتمثل هذا المنهج في تحديد ظواهر معينة واكتشاف كل من العلاقات والفروق بين تلك الظواهر لدى أفراد العينة .

2.2 أداة الدراسة

استخدم الباحث في هذه الدراسة مقياس فاعلية الذات الذي قام بتطويره عادل العدل (2001) ويقوم هذا المقياس في مضمونه النفسي على التعريف النظري المتبنى على ثقة الفرد الكامنة في قدراته خلال المواقف الجديدة، أو المواقف ذات المطالب الكثيرة وغير المألوفة، وقد تكون المقياس في صورته النهائية من (44) فقرة: وقد صيغت فقرات المقياس لتكون الاستجابة للمفحوصين وطريقة التصحيح بحسب مقياس ليكرت (Scale Likert) الخماسي الأبعاد، حيث تكون استجابة

المبحوث على الفقرات بالموافقة حسب التدرج الآتي: بدرجة موافق جدا، موافق، محايد، غير موافق، غير موافق إطلاقاً، وقد بنيت الفقرات بالاتجاهين السلبي والإيجابي، وأعطيت الأوزان للفقرات كما هو آت:

موافق جدا: 05 درجات، موافق: 04 درجات، محايد: 03 درجات، غير موافق:02 (درجتان) غير موافق إطلاقاً: 01 (درجة واحدة).

وقد عكست الأوزان للفقرات السلبية . وتعبر الدرجة المرتفعة على المقياس عن مستوى مرتفع لفاعلية الذات بينما تعبر الدرجة المنخفضة على مستوى منخفض لفاعلية الذات.

3.2 الخصائص السيكومترية لمقياس فاعلية الذات :

قام الباحث بتطبيق مقياس الدراسة على عينة استطلاعية بغية الوقوف على ملائمة المقياس لتطبيقه على العينة الأساسية، حيث الاستطلاعية تهدف إلى الوقوف على الثغرات والنقائص المتعلقة خاصة بصياغة فقرات المقاييس المستعملة، وهذا قصد صياغتها وتنقيحها، كما تمكن الباحث من استطلاع الميدان للوقوف على الصعوبات التي تحول دون تطبيقها على الوجه الصحيح، كما تهدف أيضا إلى اختبار صدق وثبات المقاييس المعتمدة فيها، وقد تم تطبيق مقياس الدراسة على عينة إستطلاعية بلغ قوامها (79) طالبا وطلبة من جامعة عمار ثليجي بالأغواط، وقد أسفرت نتائج هذه الدراسة الاستطلاعية على النتائج التالية:

1.3.2 ثبات المقياس: نظرا لأن بدائل الإجابة متعددة في المقاييس المستخدمة في الدراسة الحالية فقد تم تقدير الثبات بطريقة ألفا كرونباخ وذلك عن طريق نظام رزمة الإحصـــاء للعلوم الاجتماعية (SPSS) والنتائج يلخصـــها الجدول التالي:طريقة ألفا كرونباخ:

الجدول –1 –: معامل ثبات مقياس فاعلية الذات باستخدام طريقة ألفا كرونباخ (ن= 79)

المقياس	عدد البنود	العينة	معامل الثبات
مقياس فاعلية الذات	**44**	**79**	**0.881**

نلاحظ من خلال الجدول رقم (01) أن معامل الثبات ألفا كرونباخ لمقياس فاعلية الذات يساوي 0.881، مما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات، هذه النتيجة تتيح استعمال المقياس في هذه الدراسة.

2.3.2 الصـدق التمييزي لمقياس فاعلية الذات: تم حسـاب صـدق المقياس الحالي بطريقة الصـدق التمييزي حيث تم ترتيب درجات الأفراد من الأدنى إلى الأعلى ثم تم أخذ 27% من الدرجات أعلى التوزيع و 27% من الدرجات أدنى التوزيع وكان عدد الأفراد في كل منهما 21 فردا، بعد ذلك تم حسـاب (ت) لمعرفة الفروق بين المجموعتين وهو متاح على النظام الإحصائي (SPSS) والجدول التالي يوضح النتائج:

الجدول –2–: نتائج اختبار (ت) للمقارنة الطرفية بين درجات المجموعة العليا والمجموعة الدنيا في مقياس فاعلية الذات

	العدد	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة " ت "	مستوى الدلالة
المجموعة الدنيا	21	47.25	12.802	40	-13.174	0.000
المجموعة العليا	21	115.76	7.538			

نلاحظ من خلال الجدول (02) وجود فروق بين المجموعة والمجموعة العليا في مستوى فاعلية الذات مما يدل أن المقياس يتمتع بصدق عال مما يتيح استعماله في الدراسة الحالية.

– مجتمع الدراسة: شمل مجتمع الدراسة جميع طلبة جامعة عمار ثليجي بالأغواط للموسم الجامعي 2020/2019 والجدول التالي يوضح ذلك:

الجدول –03–: عدد طلبة جامعة عمار ثليجي للموسم الجامعي 2020/2019

الجامعة	الموسم الدراسي	العدد
جامعة عمار ثليجي بالأغواط	2020/2019	36430 طالب وطالبة

المصدر:جامعة عمار ثليجي الأغواط

4.2 عينة الدراسة الأساسية:

تكونت عينة الدراسة في صورتها النهائية بعد تطبيق جميع أدوات الدراسة من 130 طالب وطالبة، تم الإختيار بطريقة عشوائية (الطبقية)، من مجموع الأقسام الموجودة على مستوى الجامعة (34 قسم)، والجدول التالي يوضح خصائص عينة الدراسة الأساسية:

الجدول –04– : خصائص عينة الدراسة الأساسية

المتغير	الخاصية	العدد	النسبة المئوية	المجموع
الجنس	ذكور	55	% 42	130
	إناث	75	% 58	
التخصص الدراسي	أدب عربي	37	% 28.46	130
	حقوق	42	% 32.30	
	بيولوجيا	32	% 24.61	
	هندسة معمارية وهندسية	24	% 18.46	
السن	19-22 سنة	87	% 66.92	130
	23-25 سنة	43	% 33.07	
المستوى الدراسي	سنة أولى جامعي	35	% 26.92	130
	سنة ثانية جامعي	60	% 46.15	
	سنة ثالثة جامعي	35	% 26.92	
مكان الدراسة	جامعة الأغواط	130	% 100	130

5.2 إجراءات التطبيق:

أجريت هذه الدراسة في جامعة عمار ثليجي بمدينة الأغواط وشملت على أكثر من 130 طالب وطالبة من أقسام متعددة اختيرت بطريقة عشوائية (الطريقة الطبقية) من مجموع الأقسام الموجودة على مستوى عمار ثليجي، حيث طبقت هذه العملية على 04 أقسام وهي تخصص أدبي يشمل قسم الأدب العربي وقسم الحقوق، وتخصص علمي يشمل قسم البيولوجيا وقسم الهندسة المعمارية والمدنية.

وتيسيرا لعملية جمع المعلومات تمت الاستعانة ببعض الأساتذة، وقد تم شرح هدف الدراسة وبنود المقياس وفقراته لكل الطلبة بصورة واضحة، وبعد التأكد من فهمهم لهدف الدراسة والمقياس معا، تم الشروع في عملية التوزيع، وقد وزعت أكثر من 150 إستمارة لمقياس فاعلية الذات على عدد من الطلبة بلغ 150 طالب وطالبة، وقد استغرقت عملية جمع الإستمارات حوالي شهر. وبعد استبعاد الإستمارات الغير المكتملة تم اعتماد 130 استمارة صحيحة.

7.2 الأساليب الإحصائية المستخدمة

إستعان الباحث في هذه الدراسة بنظام رزمة الإحصاء للعلوم الاجتماعية (spss). وقد تم استخدام نسخة الإصدار (19 .5) . أما الأساليب الإحصائية المطبقة من خلال هذا البرنامج فقد تمثلت أساسا فيما يلي :

- تحليل التباين الثنائي Two-way analysis of variance ANOVA
- اختبار t للعينات المستقلة (independent samples test)
- معامل ألفا كرونباخ (Alpha-Cronbach)
- المتوسط الحسابي.
- الإنحراف المعياري.

3 مناقشة وتحليل النتائج

تنص فرضية الدراسة الحالية على ما يلي: لا يوجد أثر دال إحصائيا للتفاعل بين التخصص العلمي (أدبي/علمي) والجنس (ذكور/إناث) على فاعلية الذات لدى عينة من طلبة الجامعة.

وللإجابة عن هذا السؤال قام الباحث باستخدام أسلوب تحليل التباين الثنائي Tow way ANOVA والجدولين رقم (05 و 06) يبينان ذلك:

جدول –05– نتائج تحليل التباين الثنائي (2x2) لتأثير التفاعل بين كل من التخصص (علمي/أدبي) والجنس (ذكر/أنثى) على فاعلية الذات

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسطات المربعات	ف	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة
التخصص (علمي/أدبي)	2812.077	1	1406.039	8.364	0.000	دال عند 0.01
الجنس (ذكر/أنثى)	1396. 597	1	1396. 597	7.521	0.000	دال عند 0.01
التخصص* الجنس	206.366	1	103.187	1.614	0.557	غير دال
الخطأ	2017.300	126				
المجموع	**6432.37**	**130**				

يتبين من خلال الجدول رقم 05 :

–وجود فروق دالة إحصائية تعزى إلى متغير التخصص الدراسي (علمي/أدبي) على فاعلية الذات ولقد كانت الفروق لصالح تخصص علمي.

–وجود فروق دالة إحصائية تعزى إلى متغير الجنس (ذكر/أنثى) على فاعلية الذات ولقد كانت الفروق لصالح الطلبة الذكور.

– لا يوجد تأثير دال إحصائيا في التفاعل بين متغيري التخصص الدراسي والجنس على فاعلية الذات لدى عينة الدراسة.

والجدول التالي يبين المتوسطات والانحرافات المعيارية للمجموعات الناتجة عن التفاعل بين متغير التخصص العلمي (علمي/أدبي) ومتغير الجنس (ذكر/أنثى) على فاعلية الذات لدى عينة الدراسة

الجدول –06– المتوسطات والانحرافات المعيارية للمجموعات الناتجة عن التفاعل بين متغير التخصص الدراسي ومتغير الجنس على فاعلية الذات

الجنس	التخصص				المجموع	
	علمي		أدبي			
	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري
ذكر	89.170	11.199	85.102	9.407	87.401	12.173
أنثى	79.201	09.721	81.241	11.112	80.151	11.302
المجموع	84.185	10.46	83.171	10.259	83.776	11.773

ويعني ذلك أنه لا يوجد تفاعل بين الفئات الأربع علي الرغم من وجود فروق بين الذكور والإناث في فاعلية الذات، وفروق أيضا في مستوى فاعلية الذات تعزى إلى التخصص الدراسي (علمي/أدبي)، إلا انه لا يوجد أثر دال إحصائيا للتفاعل بين التخصص الدراسي (أدبي/علمي) والجنس (ذكور/إناث) على فاعلية الذات لدى الطلبة الجامعيين، وبذلك تحققت فرضية الدراسة .

ويمكن تفسير النتيجة بعدم وجود أثر دال للتفاعل بين التخصص الدراسي بين الطلبة العلميين والأدبيين وبين نوع الجنس الطلبة الذكور والطلبة الإناث في مستوى فاعلية الذات في هذه الدراسة بالرغم من وجود فروق في المتوسط الحسابي في فاعلية الذات تعزى إلى متغير التخصص الدراسي ومتغير الجنس، حيث لا يوجد فروق في التفاعل بينهما على مستوى فاعلية الذات، أي أن متغير التخصص الدراسي لا يعتمد على متغير الجنس في ارتفاع مستوى فاعلية الذات والعكس صحيح وبالتالي قد نجد بعض الطلبة علميين ذكور لهم مستوى متقارب مع طلبة أدبيين إناث وطلبة علمين إناث مع طلبة أدبيين ذكور في مستوى فاعلية الذات من حيث المثابرة، والإجتهاد والثقة في النفس. وقد يعود السبب إلى هذا التقارب إلى أن الطلبة يعيشون في بيئة جامعية متقاربة فهم يواجهون نفس التحديات سواء الأكاديمية أو الإقتصادية أو الإجتماعية وحتى النفسية.

كما نلاحظ أن جميع التخصصات الدراسية على مستوى جامعة عمار ثليجي بالأغواط ليست حكرا على جنس دون جنس، حيث كل التخصصات العلمية يتواجد فيها طلبة ذكور وطلبة إناث.

واختلفت هذه النتيجة مع دراسة هانوفر (Hanover 2010) حيث توصلت نتائج الدراسة إلى أن متغير الجنس يلعب دورا أساسيا في تطور فاعلية الذات.

كما مكن تفسير وجود فروق في فاعلية الذات لصالح الطلبة الذكور، حيث أن ثقافة المجتمع الجزائري تحمل الرجل الجزء الأكبر من الأعباء الأسرية والإجتماعية مما يجعل الطالب أكثر حرصا على تحقيق أهدافه فيكون أكثر سعيا وراء النجاح الأكاديمي ودافعية أكثر لإكتساب مهارات المساعدة على زيادة التحصيل العلمي لإتمام دراسته في الوقت المحدد بغية الحصول على شهادة تؤهله للظفر بمنصب عمل يحقق به ذاته وطموحاته .

واتفقت هذه النتيجة مع هذه الدراسة مع دراسة نيفين المصري(2011) ، دراسة الرشيدي 2018 دراسة حنان الحربي (2006)، دراسة عبد الله والقدور(2016)، بوجود فروق لصالح الذكور، كما اختلفت هذه النتيجة مع دراسة Siti and Sawari (2013) بعدم وجود فروق بين الجنسين.

كما أظهرت الدراسة الحالية وجود فروق في مستوى فاعلية الذات تعزى إلى متغير التخصص الدراسي لصالح التخصص العلمي، ويمكن تفسير ذلك أن الطلبة من ذوي التخصصات العلمية نظرا لصعوبة بعض المقررات الدراسية يحتاجون إلى بذل الجهود المناسبة، وتعلم المهارات المساعدة على زيادة التحصيل، واختيار المهام التعليمية الصعبة، ولديهم القدرة على التخطيط، ووضع الأهداف مما يرفع مستواهم في فاعلية الذات من حيث الكفاءة والقدرة على حل المشكلات، واتفقت هذه النتيجة مع دراسة عبد الله والقدور (2016) ، ودراسة الرشيدي (2018)، واختلفت هذه النتيجة مع دراسة نيفين المصري (2011) بعدم وجود فروق بين التخصص العلمي والأدبي.

5 الخاتمة

في ضوء ما سبق فإننا نستنتج في هذه الدراسة دور متغير فاعلية الذات في الأداء الإنساني فهو يؤثر على السلوك، ومن خلاله يستطيع الفرد أن يتخطى العوائق والصعاب، ويؤثر أيضا على التفكير والمعتقدات من خلال وضع مخططات مستقبلية وأهداف طموحة والمثابرة على تحقيقها، وبالتالي أصبح هذا المفهوم ضروري أن يتعلمه كل فرد وخاصة طلبة الجامعة حتى تكون لهم القدرة على مواجهة التحديات ومواصلة الدراسة بكفاءة عالية.

كما تعتبر الدراسة الحالية محدودة، ومقيدة بمنهجها الوصفي، وعينتها الصغيرة من مجموع العينة الكلية، ولذلك يمكن اعتبارها دراسة أولية. وبناء على هذا تبرز الحاجة إلى المزيد من الدراسات، لذلك اقترح الباحث ما يلي:

-الإستفادة بأداة البحث الحالي وتطبيقه على عينات أخرى من تخصصات أخرى في جامعات الوطن، مما يقدم دعما للنتائج التي تم التوصل إليها وتعميم الفائدة منه.

-. تزويد الطلاب بالخبرات البديلة من خلال الحوارات المتبادلة والمناقشات الحرة، والثقة في المهارات التي يؤديها الآخرون من حولهم.

-العمل على تصميم برنامج تدريبي لتنمية مهارة فاعلية الذات موجهة للطلبة الجامعيين .

-العمل على دمج الطلاب في الأنشطة المختلفة في الجامعة حتى يقبلوا على الأنشطة الجماعية.

- الاستفادة من تجارب الدول العربية والأجنبية في طرق تطوير فاعلية الذات.

كما تبرز الحاجة إلى المزيد من الدراسات الميدانية على عينات أخرى لذا يقترح الباجث دراسات وبحوث مثل:

- مستوى فاعلية الذات لدى عينة من الطلبة المقبلين على شهادة البكالوريا.
- فاعلية الذات وعلاقته بقلق المستقبل لدى عين من طلبة الجامعة.
- فاعلية الذات وعلاقته بالإضطرابات السيكوسوماتية.
- أثر برنامج تدريبي يقوم على مهارات فاعلية الذات لخفض الضغوط النفسية لدى الطلبة .

قائمة المراجع

المراجع باللغة العربية

1. الحربي مروان .(2018) .أثر تفاعل السيطرة المخية ومستوى فاعلية الذات على أداء عمليات الذاكرة ومكوناتها الماورائية لدى طلاب مرحلة الجامعة .المجلة العلمية لجامعة الملك فيصل (العلوم الإنسانية والإدارية)، المجلد19، العدد1، ص.ص 189-211
2. العتيبي بندر. (2018). اتخاذ القرار وعلاقته بكل من فاعلية الذات والمساندة الاجتماعية لدى عينه من المرشدين الطلابيين بمحافظة الطائف. رسالة مجاستير (غير منشورة)، تخصص توجيه تربوي ومهني ، كلية التربية. جامعة أم القرى. المملكة السعودية.
3. المصري نيفين .(2011) .قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح الأكاديمي لدى عينة من طلبة جامعة الأزهر غزة .رسالة ماجستير غير منشورة، تخصص علم النفس التربوي كلية التربية، جامعة الأزهر، غزة.
4. جولتان حسن حجازي. (2013). فاعلية الذات و علاقتها بالتوافق المهني و جودة الأداء لدى معلمات غرف المصادر في المدارس الحكومية في الضفة الغربية. المجلة الأردنية في العلوم التربوية، المجلد09، العدد4، ص.ص 419-439.
5. عادل العدل. (2001). تحليل المسار للعلاقة بين مكونات القدرة على حل المشكلات الاجتماعية وكل من فعالية الذات والاتجاه نحو المخاطرة . مجلة كلية التربية جامعة عين شمس، الجزء1، العدد25، ص.ص 121-187.
6. علاء محمود الشعراوي. (2010). فاعلية الذات وعلاقتها ببعض متغيرات الدافعية لدى طلاب المرحلة الثانوية. مجلة كلية التربية،جامعة المنصورة، العدد 65، ص.ص 123-146.
7. فتحي الزيات. (2001). البنية العاملية للكفاءة الذاتية الأكاديمية و محدداتها (مداخل و نماذج و نظريات) . القاهرة: دار النشر للجامعات.
8. مريم الرشيدي. (2018). فاعلية الذات وعلاقتها بعوامل الشخصية لدى طلاب جامعة الكويت. رسالة ماجستير غير منشورة تخصص إرشاد نفسي. جامعة الكويت.
9. ولاء يوسف. (2016). فاعلية الذات وعلاقتها بالمسؤولية الإجتماعية. رسالة ماجستير غير منشورة . كلية التربية، جامعة دمشق، سوريا.

المراجع باللغة الأجنبية

1. Aimee, d. S. (2014). Exploring the Dimensions of Self-Efficacy in Virtual World Learning: Environment, Task, and Content. MERLOT Journal of Online Learning and Teaching Vol. 10, No. 2, June .p.p 255-271.
2. Albert, b. (1997). Self-efficacy: The exercise of control liberty of congress cataloging in publication data. New York: McGraw-Hill,Inc.
3. Bandura, a. (2003). Negative self-efficacy and goal effects reviseted. journal of applied psycholgy. pp 81-89.
4. bandura, a. (1994). Self-efficacy in ramachaudran (ed) , Encyclopedia of human behavior . Encyclopedia of human behavior New york, vol4, pp 71-81.
5. bandura, a. (1994). Self-efficacy in ramachaudran. Encyclopedia of human behavior, vol4, pp71-81, New york.
6. Estad eyvint, k. c. (2017). perception of digital competency among student teachers: contributing to the development of student teachers' instructional self-efficay in technolgy-rich classroms. education science. pp 7-27.
7. Frieddman, I. A. (2000). burrnout in teachers shatteres dreams of impeccable professional performance. journal of clinical psychology . Vol 56, Issue5, p.p 555-595.
8. Gillihan, s. (2002). Sex differentces in the provision of skill ful emotional support the mediating role of self-efficacy. journal of communiaction report, pp 6-21.
9. Hemmings, C. B. (2015). Strengthening the teaching self- efficacy of early career Academics. Issues in Educational Research research.vo25. N01, pp 1-17.
10. Lamport, M. (2012). Learning Disabilities the Impact of social Interaction on education Outcomes, For Learners with emotional and behavioral Disabilities . European Journal of Business and Social Sciences. Vol1., No, 8. pp 67-77.
11. Learning Disabilities: The Impact Of Social Interaction On Education Outcomes. For Learners With Emotional And Behavioral Disabilities. (s.d.).
12. Perceptions of Digital Competency among Student Teachers: Contributing to the Development of Student Teachers’ Instructional Self-Efficacy in Technology-Rich Classrooms. (s.d.).
13. Siti salwa, s. n. (2013). A study of student's general self-efficacy related to gender. Malyzia, Research Area education, Vo1, Issue4, Pp 62-67.