فاعلية الذات وعلاقتها بالتقييم المعرفي للازعاجات اليومية لدى طلبة جامعة بغداد

أ.د. شروق كاظم سلمان
جامعة بغداد – كلية التربية للبنات

الملخص
تناول البحث الحالي فاعلية الذات وعلاقتها بالتقييم المعرفي للازعاجات اليومية لدى طلبة جامعة بغداد. وتم بناء مقياسين لتحقيق هذه الاهداف . وتالفت عينة البحث من (200) طالب وطالبة اختيروا بالطريقة العشوائية الطبقية. وعند تحليل لبيانات احصائياً، وجد ان طلبة الحامعة يمتلكون فاعلية الذات ولديهم تقيم معرفي للازعاجات اليومية على انها تهديد لذاتهم. واشارت النتائج ايضاً الى وجود منبأ من فاعلية في مجال الاختيار للتقيم المعرفي للازعاجات اليومية. وفي ضوء النتائج توصي الدراسة ضرورة اعداد البرامج الارشادية في الكليات وذلك لمساعدة الطلبة علي التغلب على المشكلات التربوية والاجتماعية والنفسية التي تواجههم.

Self-Efficacy and its Relation to the Cognitive Assessment for the Daily Disturbances for the University of Baghdad Students

Prof. Dr. Shurouk Kadiem Salman
University of Baghdad – College of Education for Women

Abstract
The current research tackles the self-efficacy and its relation to the cognitive assessment for the daily disturbances for the University of Baghdad students. Two criteria have been adopted to achieve the objectives of the research. The sample of this study consists of 200 male and female students who were chosen randomly. The data were analyzed statistically, revealing that the university students owned their own self-efficacy as well as a cognitive assessment for the daily disturbances and they recognized them as self-threatening. The results also indicated the existence of a prediction activity in the field of the cognitive assessment to the daily disturbances selection. In light of the acquired results, the study recommends the necessity of developing guidance programs in the colleges to help students overcome the educational, social and psychological problems they confront.

مشكلة البحث
ترتبط مشكلة الدراسة الحالية بطلبة الجامعة من الجنسين .والشباب في هذه المرحلة لديهم مشكلات متعددة نتيجة تعرضهم لضغوط الحياة . اذ تتجلى هذه المشكلات بسرعة الغضب أو حالات الاكتئاب والانطواء او صعوبة تحقيق التوافق النفسي مع الاخرين واتخاذ القرارات او خوفهم من الفشل في العمل الدراسي(علام ، 1973: 15).
أن اعتقاد الفرد في فاعليته الذاتية يجعله أكثر تفهماً لاهتماماته وأهدافه وسلوكه ، و يجعله يخطط لنفسه أهدافاً بعيدة المدى ، وينظر للمهام الصعبة على أنها مصادر للتحدي ؛ وتتلخص مشكلة الدراسة الحالية في أن الطالب عند التحاقه بالجامعة ، وتحمله للمسؤولية والأعباء الجديدة الملقاة على عاتقه من التزامات دراسية ، وأخرى أسرية يواجه عدة لمشكلات في هذه المواقف الجديدة عليه ، إذ انها تحول بينه وبين دراسته وعالمه الخارجي ؛ مما يسبب له التوتر والارتباك ، وان الافراد من ذوي فاعلية الذات المنخفضة عندما يفشلون في تحقيق اهدافهم فأنهم سرعان ما يخضعون للاستسلام من دون بذل اي جهد (مشجل، 2009: 114). وقد بين باندورا ان الاحباط والعجز يتمثل لدى الفرد في عدم القدرة على تغيير الحدث والضعف في السيطرة على الاشياء مما يعزز لديه مشاعر الاحباط مما يؤدي الى اضعاف معتقدات فاعلية الذات لديه (الين بيم ،2010: 533) ولأن فاعلية الذات تسهم في توجيه الطالب للسلوك الهادف باعتبار أن الارتفاع في مستوى الفاعلية الذاتية لدى الفرد يتوقف على قدرته في الاستفادة من الخبرات السابقة ، كما أنها تعد العامل الأساس الذي يزيد من ثقة الفرد في ذاته .
وهناك علاقة قوية بين فاعلية الذات، ودافعية الإنجاز ومستوى التحصيل ،فالأشخاص الذين لديهم فاعليه ذات مدركه إيجابية أي الذين يقيمون أنفسهم جيدين ولديهم القدرة اللازمة للقيام بمهمة ما ، يشعرون بأنهم مندفعون نحو أداء تلك المهمة ويميلون إلى أدائها بشكل أفضل ،وتكون لديهم دافعيه ليس فقط للانخراط بالأنشطة الأكاديمية ، بل للاستفادة والتعلم بأقصى

قدر ممكن من الأنشطة والفعاليات التي يؤدونها أوالمعلومات التي يتعرضون لها ويستخدمون العمليات العليا في التعلم .وتعدُّ الفاعلية الذاتية الأكاديمية من أهم العوامل التي تؤثر بشكل مباشر في التحصيلا الأكاديمي في مختلف المواد الدراسية فقد أشار ديل إلى أن الفرد الذي لديه فاعلية ذات عالية ينخرط بسهوله وبسرعة في المجتمعات الأكاديمية ،أما الإحساس بفاعليه متدنية فيؤدي إلى انخفاض مستوى التحصيل.

واشار باندور Bandura الى أن معتقدات الفاعلية تؤثر تاثيراً كبيراً ا في التنظيم الذاتي للدافعية، وذهب الى ان الناس يحفزون أنفسهم ويقومون بتشكيل المعتقدات فيما يستطيعون القيام به، ويصنعون أهدافا لأنفسهم، ويخططون مسارات العمل المصمم لتحقيق مستقبل ذي قيمة جيدة (Bandura, 1994) .

وبذلك تبلورت مشكلة الدراسة الحالية في سؤال رئيس مؤداه :

إلى أي مدى تساهم الفاعلية الذاتية في التقييم المعرفي لطلبة الجامعة للازعاجات اليومية في هذه المرحلة سواء كانت هذه الضغوط ناتجة عن الجامعة بمناخها أو من الاسرة من الناحية الاجتماعية والاقتصادية ، مما يؤثر بدوره من التوافق النفسي والاجتماعي ؟ وهذا التساؤل ما تحاول الباحثة الكشف عنه.

اهمية البحث :

تتناول الدراسة الحالية جانباً هاماً من جوانب الصحة النفسية ، اذ تسعى إلى التعرف على علاقة فاعلية الذات بالتقيم المعرفي للازعاجات اليومية لطلبة التعليم العالي. ولا شك في أن هذا الجانب ينطوي على أهمية كبيرة سواء من الناحية النظرية أو الناحية التطبيقية وتأتي الأهمية النظرية للدراسة الحالية من أهمية متغيراتها فالعلاقة قوية بين معتقدات فاعلية الذات والمتغيرات النفسية ، والمتغيرات الدافعية بصفة عامة. ووفق النظرية المعرفية الاجتماعية فأن معتقدات الفرد عن فاعلية الذات ت وتؤثر في سلوكه وعلى مقدار الجهد الذي يبذله في تحقيق اهدافه ، والطريقه التي يختارها لتحديد النشاطات التي يشارك بها (عبد الهادي ،2010:68). ويرى روتر (Rotter). ان الافراد الذين يظهرون احساساً عالي بفاعلية الذات هم اكثر الافراد مرونة وقادرون على جذب المساندة ويظهرون طريقة التوجه بالفعل نحو حل المشكلات (Rotter,1990: 489).

ان فاعلية الذات ترتبط ارتباطاً قويا بالكثير من المظاهر السلوكية للفرد مثل المثابرة والاصرار والحماسة ، والارتباط الوجداني بالمهمة والانشطة الصفية المختلفة ، فضلا عن ارتباطها بالنواتج الخاصة بالطلبة مثل المبادرة وابداء الراي والدافعية والتحصيل(Pajares, 1996: 543).

اشارت الدراسات العربية في هذا الجانب (الالوسي،2001:الموسوي،2009:) الى أن طلبة الجامعة يتمتعون بفاعلية الذات العالية . فطلبة الجامعة هم شريحة من المجتمع تتصف بالحيوية ويقع علي عاتقهم بناء المجتمع ويتمتعون بالقابلية علي التعلم والمرونة في اقامة العلاقات الناجحة وتحمل المسؤولية(علام.1973). فالشباب يساهمون بشكل ايجابي في عملية التغيير ولذلك ينبغي أن تحظى هذه الشريحة بالاهتمام من لدن المؤسسات التربوية ومنها الجامعة.

اهداف البحث

يهدف البحث الحالي التعرف على:

1-قياس فاعلية الذات لدى طلبة الجامعة.

2-قياس التقييم المعرفي للازعاجات اليومية لدى طلبة الجامعة.

ومن هذه الاهداف تنبثق الفرضية الاتية:

3-لا يوجد هناك منبأ منفرد أو تجمع من منبئات فاعلية الذات يمكنها أن تتنبأ بالتقيم المعرفي للازعاجات اليومية لدى طلبة جامعة بغداد.

حدود البحث

يتحدد هذا البحث بطلبة جامعة بغداد، الدراسة الصباحية من الذكور والاناث ضمن التخصصين العلمي والانساني للعام الدراسي 2015-2016.

تحديد المصطلحات

اولاً: فاعلية الذات

تعريف باندورا (1986)

معتقدات الفرد في امكاناته على تنظيم او تنفيذ المخططات المطلوبة لانجاز مهمة معينة.

(Bandura, 1986:51) .تبنت الباحثة تعريف باندورا نظرياً.

التعريف الاجرائي: هي الدرجة التي يحصل عليها المستجيب من خلال اجابته على فقرات مجال الاختيار ومجال المثابرة ومجال الانجاز من مقياس فاعلية الذات.

ثانياً: التقييم المعرفي للازعاجات اليومية

التعريف النظري: عملية تقويمية تحدد لماذا او الى اي مدى ممكن التعامل بشكل معين وفق سلسلة من التعاملات بين شخصين ومع البيئة التي تتسم بالاجهاد(Lazaurs& Folkman,1984:19) وتبنت الباحثة تعريف لازاروس نظرياً.

الازعاجات اليومية: هي المضايقات اليومية الشائعة في الحياة اليومية للطلبة من الذكور والاناث.

التعريف الاجرائي:هي الدرجة التي يحصل عليها المستجيب من خلال اجابته على فقرات مقياس الازعاجات اليومية.

الاطار النظري والدراسات السابقة:

اولاً: فاعلية الذات

يرى باندورا ان فاعلية الانسان تكمن في الإدراك الذاتي الذي يتمثل في فاعلية السلوك أو في تصور الكفاءة الذاتية (Bandura, 1977)، الذي يشكل المكون الرئيس في منظومة مفهوم الذات . وتفترض النظرية المعرفية الاجتماعية ان وحدة البحث لديها تعتمد على العملية التفاعلية بين الفرد وبيئته ، وبما ان توقعات فاعلية الذات تتضمن تطور القناعة لدى الفرد بقدرته على تحقيق الاداء الناجح وانجازه للسلوك المرغوب وهي تسبق توقعات الفرد عن نتاجات السلوك (Bandure,1977:80). لذلك نجدأنّ الفاعلية الذاتية تؤثر في اختيارات الفرد للأنشطة، وجهوده، ومثابرته، وأنّ الأفراد الذين يتصورون أنفسهم أقل قدرة على التعلم في فاعليتهم الذاتية قد يتجنّبون المهمة، في حين أنّ أولئك الذين لديهم شعور وانطباع عالٍ عن قدرتهم في قوة تأثيرهم في ذاتهم، من المرجح أنْ يُشاركوا أكثر في المهمات. بل إنّ هؤلاء، أثناء مواجهة الصعوبات لأداء المهمة، يحكمون على أنفسهم أنّ لديهم قوةَ تأثير يتّسع نطاقها بشكل أكبر من جهودهم فيثابرون ويواصلون جهودهم لمدة أطول من أولئك الذين لديهم فاعلية منخفضة. ويُشير Schunk إلى أنّ التلاميذ الذين لديهم فاعلية ذاتية عالية من المرجح أن ينظموا أهدافاً أكثر تحدياً وعلواً لأنفسهم ،اذ أثبتت الدراسات علي أهمية هذا البناء بالنسبة للخبرة والسلوك الإنساني (Schunk ,1994). فعندما تواجه الفرد مشكلة ما أو موقف يتطلب الحل فإن الفرد، قبل أن يقوم بسلوك ما ، يعزو لنفسه القدرة على القيام بهذا السلوك ، وهذا ما يشكل الجانب الأول من الكفاءة الذاتية ، في حين يشكل إدراك هذه القدرة الجانب الثاني من الفاعلية الذاتية، أي على الفرد أن يكون مقتنعاً على أساس من المعرفة والقدرة بأنه يمتلك بالفعل الكفاءة اللازمة للقيام بسلوك ما بصورة ناجحة وان قناعة الفرد بإمكانية التأثير في نفسه والبيئة المحيطة تجعل مواجهة متطلبات الحياة له أكثر سهولة (Bandura, 1986) و تؤثر الفاعلية الذاتية في ثلاثة مستويات من السلوك ، هي: أولاً :اختيار الموقف، ثانيا :الجهد الذي يبذله الفرد وثالثا: المثابرة في السعي للتغلب على الموقف.

المستوى الأول: يمكن للمواقف التي يمر بها الفرد أن تكون مواقف اختيارية أو لاتكون كذلك. فإذا ما كان الموقف واقعاً ضمن إمكانات حرية الفرد في الاختيار فإن اختياره للموقف يتعلق بدرجة كفاءته الذاتية ، أي أنه سيختار المواقف التي يستطيع فيها السيطرة على مشكلاتها ومتطلباتها ويتجنب المواقف التي تحمل له الصعوبات في طياتها .المستوى الثاني والثالث : تحدد درجة الكفاءة الذاتية شدة المساعي والمثابرة المبذولة في أثناء حل مشكلة ما . فالشخص الذي يشعر بدرجة عالية من الكفاءة الذاتية سوف يبذل من الجهد والمثابرة أكثر من ذلك الذي يشعر بدرجة أقل من الكفاءة الذاتية .

وتشكل كل من الخبرات المباشرة (نجاح المرء في التغلب على مشكلة ما وإدراكه وتفسيره للعلاقة بين جهوده والنتائج) وغير المباشرة (التعلم بالملاحظة أو وفق النموذج) والخبرات الرمزية (الإقناع الخارجي للشخص بقدرته على القيام بسلوك معين) والخبرات الانفعالية أو الإرجاع الانفعالي (التبدلات الجسدية المدركة ذات الصبغة القلقية وتفسيرها نتيجة للنقص في الكفاءة الذاتية) تشكل مصادر توقعات الكفاءة الذاتية(جابر، 1986).

ومن وجهة نظر المدرسة الاجتماعية- المعرفية، فإنّ الفاعلية الذاتية جديرةً في التأثير بالتعلم ذي التنظيم الذاتي. ويشير ألبرت باندورا إلى أنّ الفاعلية الذاتية (قوة التأثير على الذات) تُعبّر عن تصوّر فرد ما لما لديه من قوى وقدرة كامنة لتنظيم واستعمال وتطبيق الأفعال في مواقف محددة .

ويُعرّف (باندورا،1986) الفاعلية الذاتية على أنها حُكم الأفراد على طاقاتهم الكامنة؛ استعداداً لتنظيم مسارات وتنفيذها من الأفعال المطلوبة وإنجاز أنماط مصممة من الأداءات. وهي، أيضاً، ثقة الفرد في قدرته على السيطرة على تفكيره ومشاعره وأفعاله، بناءً عليها تتأثّر مخرجات أدائه.

اشارت الدراسات(Bandura , 1997 ; look & latham ,1990 ; Skink & :Deniel , Peak ,1986 Zimmarman , 1994) وجود علاقة ارتباطية بين الفاعلية الذاتية والتحصيل الدراسي بوصفها عاملاً مساعداً في التنبؤ بالتحصيل الدراسي. وقد أثبتت الدراسات كذلك في هذا المجال أنّ الطلبة الذين يؤمنون أنهم قادرون على أداء مهمات محددة يستعملون استراتيجيات معرفية وما وراء المعرفة أكثر ويُواصلون بالمُثابرة بمدة أطول من غيرهم الذين لا يشعرون أنّ لديهم القابلية على أدائها(Pajares, 1997).

ثانياً: التقيم المعرفي للازعاجات اليومية

ينشأ الاجهاد عن تقيم الافراد للمثيرات البئية ، وتوقعاتهم بالنتائج التي سوف تحدث لهم، وبما ان الاحداث اليومية مفتوحة لعدة تفسيرات ، فأن تفسير الفرد لها أو تقيمه لاسبابها أو المعاني التي تحملها على انها سوف تؤثر مباشرة عليه في محاولة للتاقلم والتعايش مع الاحداث (Resick,2001)، ويرى لازاروس ان عملية التقييم المعرفي تركز على المعنى بشكل مستمر في الحياة اليومية. وهي على ثلاثة انواع من التقيم الاولي تقيم غير متعلق وتقييم حميد وتقييم يتسم بالاجهاد. اما التقييم الثانوي فهو نشاط يمثل شكلاً من الحسم للصدام اليومي المتسم بالاجهاد، ويعتقد لازاروس وزملاؤه ن التقييمات الثانوية لخيارت التأقلم والتقييمات الاولية للخطورة تتفاعل في تشكيل الاجهاد وفي قوة ونوعيته رد الفعل . اما الازعاجات اليومية فقد تمت دراستها من عدد من الباحثين وقد صنفت الى ثلاثة أنماط من الاحداث البئية التي تثير الاجهاد وهي التغيرات الكبيرة كالكوارث والزلازل الطبيعية وكوارث من صنع الانسان كالحروب والتغيرات الصغيرة التي تصيب مجموعة او فرد مثل موت فرد اما النوع الاخير هي الازعاجات اليومية التي تعبر عن خبرات تفرزها الاحداث اليومية وهي تمثل احداث صغيرة تؤثر في الافراد وتسبب لهم الاجهاد.

ان التقيم المعرفي للاجهاد يرتبط بمصادر معالجة هذه الازعاجات وكلما كانت فاعلية الذات عند الفرد عالية كانت ارتكاسات الاجهاد والازعاجات اضعف لديه . ويرى باندورا ان فاعلية الذات العالية تقود الى رفع قوى المناعة وتحسين طرق التغلب على الازعاجات (رضوان،1997:8.) ان عدم التطابق بين الفرد وبيئته يؤدي الى الاجهاد ومنها الازعاجات اليومية . لذا علينا التأكيد على الادراك والتفسير الشخصي للمثيرات البيئية وعملية التقييم المعرفي.وتاثير الخصائص الشخصية والعوامل الديمغرافية (عواد،2008: 18). ويرى لازوراس ان هناك فروقاً كبيرة بين الافراد والمجموعات في استجابتهم للبيئة ، فتحت الظروف نفسها هناك تباين في ردود افعال الافراد والجماعات، فالبعض يشعر بالتحدي بدلاً من التهديد والاخر يشعر بالغضب او القلق بينما البعض الاخر يشعر بالحقد ويخطط للانتقام. وحتى يمكننا تقديم تفسير لهذه الاستجابات علينا اولاً فهم العمليات المعرفية التي تسبب هذا التباين(Lazarars&Folkman,1984).

منهج البحث وإجراته

مجتمع البحث

تحدد مجتمع البحث الحالي بطلبة جامعة بغداد للعام الدراسي (2015-2016) الدراسة الصباحية وتضم جامعة بغداد (24) كلية علمية وإنسانية بلغ عدد الطلبة فيها (46963) طالباً وطالبة جامعية، موزعين بواقع (18486) من الذكور و (28477) من الإناث وكما هو موضح في الجدول (1).

الجدول (1) مجتمع البحث موزع بحسب الجنس

ت	الكلية	الذكور	الاناث	المجموع
1	كلية الطب	682	1082	1764
2	اللغات	1085	1553	2638
3	كلية التربيةللعلوم الانسانية ابن رشد	1597	2251	3848
4	الطب البيطري	383	387	770
5	العلوم	1096	1969	3065
6	الاداب	2114	2686	4800
7	الاعلام	641	252	893
8	التربية للعلوم الصرفة ابن الهيثم	1127	1402	2529
9	التربية الرياضية	742	294	1036
10	التربية للبنات	0	4155	4155
11	التمريض	133	421	554
12	الزراعة	1654	1591	3245
13	العلوم السياسية	482	700	1182
14	العلوم بنات	0	1234	1234
15	الفنون الجميلة	716	630	1346
16	القانون	201	480	681
17	الهندسة	1201	1526	2727
18	الصيدلة	302	753	1055
20	طب الاسنان	265	697	962
21	طب الكندي	278	486	764
22	هندسة الخوارزمي	139	460	599
23	الادارة والاقتصاد	2451	1911	4362
24	العلوم الاسلامية	1197	1217	2414
المجموع		18486	28477	46963

العينة

اختارت الباحثة عينة مقدارها (200) طالبا وطالبة تم اختيارهم بالطريقة الطبقية العشوئية وبالاسلوب المتساوي من كليات جامعة بغداد موزعين على التخصصات الأنسانية والعلمية وكما موضحة في جدول(2).

الجدول (2) العينة موزعين حسب الجنس والتخصص في جامعة بغداد

الكليات	التخصص العلمي		الكلية	التخصص الانساني		المجموع
	اناث	ذكور		اناث	ذكور	
كلية الهندسة	-	25	كلية التربية للبنات	25	-	50
العلوم	25	-	كلية الاداب	-	25	50
كليةالطب البيطري	25	25	كلية العلوم السياسية	25	25	100
المجموع	50	50		50	50	200

مقياس فاعلية الذات

تم الاطلاع على الدراسات السابقة وعدد من المقاييس ذات العلاقة بالدراسة وقد قامت الباحثة ببناء المقياس على وفق نظرية (باندورا) وحددت التعريف النظري لفاعلية الذات وتم بناء المقياس وقد تضمن مجموعة من الفقرات التي تمثل ثلاثة مجالات فرعية من مجال الاختيار،ومجال المثابرة،ومجال الانجاز، وقد وزعت 30 فقرة في مقياس واحد. كل مجال فرعي يضم (10) فقرات وان بدائل الاجابة هي: (ينطبق علي دائما- ينطبق على غالبا- ينطبق على احيانا - ينطبق على نادرا- لا ينطبق ابدا).

ولاغراض هذه الدراسة فقد استخرجت معاملات الثبات للمقاييس الفرعية الثلاثة بطريقة الفا كرونباخ حيث بلغت مجال الاختيار(81%)، لمجال المثابرة (85%)، واخيراً لمجال الانجاز (86%).

مقياس التقييم المعرفي للازعاجات اليومية

اطلعت الباحثة على الدراسات السابقة والمقاييس في هذا الجانب . وقد تبنت نظرية لازاروس في بناء المقياس وتكون المقياس الحالي من (25) فقرة . ويقوم المفحوص بالاستجابة بتقدير الصفة لديه على وفق تدرج ليكارد (لا يوجد ابداً_خفيف_معتدل_كبير_ كبير جداً). وتم استخراج الثبات للمقياس بطريقة الفا كرونباخ وقد بلغ (81%).

التحليل الاحصائي

-الصدق : وقد تم عرض المقياسين على عدد من الخبراء والمختصين في مجال علم النفس للتحقق من الصدق. واعتمدت الباحثة نسبة اتفاق 80% فأكثر من آراء المختصين بالموافقة و تم الاخذ بالتعديل لبعض الفقرات وهكذا تم الابقاء على 30 فقرة لمقياس فاعلية الذات و(25) لمقياس التقييم المعرفي للازعاجات اليومية.

علاقة الفقرة بالدرجة الكلية

يعد اسلوب ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية على المقياس من الوسائل المستخدمة في حساب الاتساق الداخلي، وقد استخدم معامل ارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة بين كل فقرة والدرجة الكلية.

والجدول (6,5) يوضح علاقة كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياسين. وتبين من التحليل أن الفقرات دالة لأنها أكبر من القيمة الجدولية (0.098) وعند مستوى (0.05)).

الجدول (5) معاملات ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس فاعلية الذات

الفقرة	الارتباط	المعنوية	الفقرة	الارتباط	المعنوية
1	0.396	0.000	16	0.579	0.000
2	0.323	0.000	17	0.601	0.000
3	0.433	0.000	18	0.654	0.000
4	0.532	0.000	19	0.622	0.000
5	0.521	0.000	20	0.568	0.000
6	0.395	0.000	21	0.628	0.000
7	0.557	0.000	22	0.676	0.000
8	0.562	0.000	23	0.607	0.000
9	0.475	0.000	24	0.593	0.000
10	0.569	0.000	25	0.668	0.000
11	0.617	0.000	26	0.557	0.000
12	0.553	0.000	27	0.606	0.000
13	0.567	0.000	28	0.535	0.000
14	0.601	0.000	29	0.604	0.000
15	0.587	0.000		0.523	0.000

الجدول (6) معاملات ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الازعاجات اليومية

الفقرة	الارتباط	المعنوية	الفقرة	الارتباط	المعنوية
1	0.311	0.000	14	0.522	0.000
2	0.344	0.000	15	0.373	0.000
3	0.524	0.000	16	0.462	0.000
4	0.404	0.000	17	0.34	0.000
5	0.459	0.000	18	0.415	0.000
6	0.490	0.000	19	0.424	0.000
7	0.386	0.000	20	0.391	0.000

8	0.386	0.000	21	0.410	0.000
9	0.542	0.000	22	0381	0.000
10	0.562	0.000	23	0.429	0.000
11	0.428	0.000	24	0.498	0.000
12	0.558	0.000	25	0.396	0.000
13	0.443	0.000			

تمييز الفقرات: تم تطبيق المقياسين على العينة البالغة (200)طالب وطالبة من جامعة بغداد، وعند تصحيح الاستمارات وترتيبها من أعلى درجة الى أقل درجة حسب المجموعة(27%) العليا والمجموعة (27%) الدنيا وقد بلغت (54) طالب لكل مجموعة وباستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقليتين وجدت القيم التائية وكما في جدول (3,4).

الجدول (3) القيم التائية المحسوبة لدلالة الفروق بين المجموعتين العليا والدنيا لمقياس فاعلية الذات

الفقرة	المجموعة	المتوسط	الانحراف	الاختبار التائي	المعنوية	الفقرة	المجموعة	المتوسط	الانحراف المعياري	الاختبار	المعنوية
1	العليا	4.22	0.718	5.94	0,000	16	العليا	4.44	0.664	6.93	0.000
	الدنيا	3.28	0.920					3.15	1.204		
2	العليا	4.22	0.718	4.23	0.000	17	العليا	4.48	0.606	7.75	0.000
	الدنيا	3.44	1.144				الدنيا	2.87	1.0.47		
3	العليا	4.65	0.664	7.07	0.000	18	العليا	4.44	0.718	9.78	0.000
	الدنيا	3.44	0.945				الدنيا	3.00	1.166		
4	العليا	4.37	0.760	7.21	0.000	19	العليا	4.65	0.520	9.76	0.000
	الدنيا	3.13	1.010				الدنيا	2.94	1.172		
5	العليا	4.73	0.784	5.94	0.000	20	العليا	4.56	0.718	7.42	0.000
	الدنيا	3.31	1.043				الدنيا	3.19	1.150		
6	العليا	4.44	0.634	5.69	0.000	21	العليا	4.67	0.514	7.87	0.000
	الدنيا	3.50	1.042				الدنيا	3.20	1.265		
7	العليا	4.30	0.717	7.78	0.000	22	العليا	4.39	0.685	9.09	0.000
	الدنيا	3.07	0.887				الدنيا	2.69	1.195		
8	العليا	4.48	0.540	7.72	0.000	23	العليا	4.52	0.606	8.08	0.000
	الدنيا	3.17	1.129				الدنيا	3.02	1.221		
9	العليا	4.041	0.765	5.63	0.000	24	العليا	4.44	0.744	7.69	0.000
	الدنيا	3.41	1.055				الدنيا	3.02	1.141		
10	العليا	4.44	0.604	8.19	0.000	25	العليا	4.57	0.602	10.36	0.000
	الدنيا	3.06	1.089				الدنيا	2.83	1.077		
11	العليا	4.48	0.540	8.36	0.000	26	العليا	4.65	0.482	8.74	0.000
	الدنيا	3.11	1.076				الدنيا	3.24	1.080		
12	العليا	4.26	0.705	7.74	0.000	27	العليا	4.76	0.473	9.26	0.000
	الدنيا	2.91	1.137				الدنيا	3.06	1.265		
13	العليا	4.37	0.592	10.09	0.000	28	العليا	4.65	0.520	8.16	0.000
	الدنيا	2.96	1.197				الدنيا	3.19	1.134		
14	العليا	4.48	0.540	9.28	0.000	29	العليا	4.56	0.572	9.06	0.000
	الدنيا	2.94	0.979				الدنيا	2.98	1.141		
15	العليا	4.44	0.769	6.93	0.000	30	العليا	4.56	0.604	8.58	0.000
	الدنيا	2.85	0.998				الدنيا	2.98	1.205		

الجدول (4)القيم التائية المحسوبة لدلالة الفروق بين المجموعتين العليا والدنيا لمقياس التقيم المعرفي للازعاجات اليومية

الفقرة	المجموعة	المتوسط	الانحراف	الاختبار التائي	المعنوية	الفقرة	المجموعة	المتوسط	الانحراف المعياري	الاختبار التائي	المعنوية
1	العليا	3.26	.851	4.27	0.000	14	العليا	3.67	0.752	6.28	0.000
	الدنيا	2.54	.905				الدنيا	2.61	0.979		
2	العليا	3.80	898.	4.92	0.000	15	العليا	3.59	0.880	7.15	0.000
	الدنيا	2.91	976.				الدنيا	2.32	0.886		
3	العليا	3.81	848.	6.94	0.000	16	العليا	3.48	0.947	4.73	0.000
	الدنيا	2.57	1.002				الدنيا	2.69	0.797		
4	العليا	3.67	0.952	5.14	0.000	17	العليا	3.83	0.986	7.09	0.000
	الدنيا	2.67	1.064				الدنيا	2.56	0.838		
5	العليا	3.80	655.	6.32	0.000	18	العليا	3.30	1.849	4.36	0.000
	الدنيا	2.83	0.906				الدنيا	2.26	0.975		
6	العليا	3.86	0.794	5.71	0.000	19	العليا	3.52	1.041	6.08	0.000
	الدنيا	2.85	1.071				الدنيا	2.87	0.917		

7	العليا	3.28	1.089	4.51	0.000	20	العليا	3.63	0.998	5.95	0.000
	الدنيا	2.37	0.996				الدنيا	2.52	0.906		
8	العليا	3.44	0.965	4.93	0.000	21	العليا	3.33	1.182	4.63	0.000
	الدنيا	2.52	0.86				الدنيا	2.35	1.012		
9	العليا	4.02	0.835	4.77	0.000	22	العليا	3.63	0.763	7.05	0.000
	الدنيا	3.09	1.154					2.42	0.945		
10	العليا	3.70	0.690	7.14	0.000	23	العليا	3.56	0.904	5.59	0.000
	الدنيا	2.56	0.904				الدنيا	2.54	0.985		
11	العليا	3.78	0.861	7.02	0.000	24	العليا	3.78	1.003	5.62	0.000
	الدنيا	2.56	0.984				الدنيا	2.65	1.084		
12	العليا	3.76	0.845	6.02	0.000	25	العليا	3.37	1.104	5.30	0.000
	الدنيا	2.72	0.940				الدنيا	2.28	1.036		
13	العليا	3.76	0.845	7.55	0.000						
		2.43	0.983								

تطبيق الأداة:

قامت الباحثة بتطبيق الاداتين علي عينة قوامها (200) طالب وطالبة من جامعة بغداد، وتم توضيح تعلميات الاجابة على فقرات المقياسين ومن ثم طلبب منهم الاجابة على الفقرات جميعها وكان وقت الاجابة (8) دقائق.

الوسائل الاحصائية

ان الوسائل الاحصائية المستعملة بهذه الدراسة هي على النحو الآتي:

-تم استعمال الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS في الحاسب الآلي لتطبيق الوسائل الاحصائية الاتية.

1-معامل ارتباط بيرسون

2-معامل الفا كرونباخ

3-الاختبار التائي لعينة واحدة

4-الاختبار التائي لعينتين مستقلتين

5-تحليل الانحدار المتعدد

النتائج ومناقشتها

الهدف الاول: قياس فاعلية الذات لدى طلبة الجامعة.

بعد تحليل البيانات لفاعلية الذات. أشارت النتائج الى أن متوسط درجات الطلبة في مقياس فاعلية الذات قد بلغ (115) وبانحراف معياري مقداره(17.3) وهو اكبر من المتوسط الفرضي للمقياس (90). وعند استعمال الاختبار التائي لعينة واحدة وجد ان الفرق دال معنوياً وبمقدار (21.1). و كما في الجدول(7).

ويمكن تفسير النتيجة بان طلبة الجامعة يتمتعون بفاعلية الذات .وتتفق هذه التنيجة مع دراسة (Devins,1982) ودراسة (Schwarzar,1998) ودراسة الالوسي 2001 ، اذ وجدوا ان طلبة الجامعة لديهم فاعلية ذات عالية، مع امكانية للتعامل مع الظروف الحياتية المتغيرة.

الجدول (7) يوضح المتوسطات والانحرافات المعيارية لمقياس فاعلية الذات

المتغير	الوسط الفرضي	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	الاختبار التائي	المعنوية
فاعلية الذات	90	115	17.3	199	21.1	.000

الهدف الثاني: قياس التقييم المعرفي للازعاجات اليومية لدى طلبة الجامعة.

بعد تحليل البيانات للتقييم المعرفي للازعاجات اليومية. .بلغ المتوسط الحسابي(77.9) وبانحراف معياري مقداره (10.88). وهو اكبر من المتوسط الفرضي(75) ويمكن تفسير هذه النتيجة بان الطلبة ينظرون للتقييم المعرفي للازعاجات اليومية علي انها تهديد لحياتهم.وعند استخدام الاختبار التائي لعينة واحدة وجد ان التائية المحسوبة بلغت (3.76) كما في الجدول(8). وهي دالة معنوياً ويمكن تفسير النتيجة بان طلبة الجامعة لديهم تقييم معرفي للازعاجات اليومية. ويمكن تفسير النتيجة هذه بأن طلبة الجامعة يواجهون صعوبة في التعامل مع الاجهاد ولذلك نجد تقييمهم المعرفي للازعاجات على انها مهددات لذاتهم.وتتفق هذه النتيجة مع دراسة حسن 2006. ودراسة فايد 1989 ودراسة Sandler & Ramasy 1980.

جدول (8) يوضح يوضح المتوسطات والانحرافات المعيارية لمقياس التقيم المعرفي للازعاجات اليومية

المتغير	الوسط الفرضي	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	الاختبار التائي	المعنوية
الازعاجات اليومية	75	77.9	10.88	199	3.76	.000

الهدف الثالث: لا يوجد هناك منبأ منفرد او تجمع من منبئات فاعلية الذات(مجال)ممكن ان تتنبأ بالتقيم المعرفي للازعاجات اليومية لدى طلبة جامعة بغداد.

تم استعمال طريقة Stepwise وهي طريقة تستعمل في معادلة الانحدار لاختيار المنبئات الافضل اعتماداً لمعرفة الدلالة المعنوية، وقد تم ادخال المنبئات بصورة متتابعة مع المتغير التابع. ان افضل منبئات متغيرات فاعلية الذات هو مجال الاختيار في المتغير التابع التقييم المعرفي للازعاجات (انظر جدول 8).

الجدول (8): تحليل التباين لفاعلية الذات

	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	القيمة الفائية	المعنوية
الانحدار	673.588	1	673.5	5.82	.017
البواقي	22910.412	198	115.70		
الكلي	23584.000	199			

ان نتيجة تحليل الانحدار اظهرت أن الاختيار من فاعلية الذات فسر (2.9 %) من تباين التقييم المعرفي في حين ان (97.1 %) يعد غير معروف، علماً ان قيمة الحد الثابت في معادلة الانحدار هو 89.876 (انظر جدول 9).

جدول (9)تحليل الانحدار لمجال الاختيار في فاعلية الذات

المتغير	التباين المفسر	بيتا	الاختبار التائي	المعنوية
فاعلية الذات	2.90	-1.69	-2.413	0.17

وتعزو الباحثة هذه النتيجة الى ان فاعلية الذات التي تظهر عندالطالب في اختياره للمثيرات التي تتلاءم وقابلياته والاهداف المخططط لها،حيث تظهر في ادائه لمواجهة الازعاجات اليومية وتقييمه المعرفي لها. ويعني ذلك ان لفاعلية الذات ولاسيما في مجال الاختيار لها اثر في التقييم المعرفي للطالب وهذا يتفق مع تنظير باندورا فالنظرة الايجابية تاتي من قوة الاختيار ومن الذات الفاعلة.

التوصيات

في ضوء النتائج التي توصلت اليها الدراسة الحالية توصي الدراسة بما يأتي.

- ضرورة اعداد البرامج الارشادية في الكليات وذلك لمساعدة الطلبة علي التغلب على المشكلات التربوية والاجتماعية والنفسية التي تواجههم.
- تفعيل وحدة النشاط الرياضي والفني في الجامعة لاستثمار اوقات الفراغ في الانشطة التي تتفق مع استعدات وميول الطلبة.
- التاكيد على الندوات وورشات العمل في الجامعة، التي تتناول المشكلات التي تواجه المرحلة العمرية للطلبة واساليب التخفيف عنها.

المصادر

- الالوسي، احمد اسماعيل(2001). فاعلية الذات وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلبة الجامعة. كلية الاداب، جامعة بغداد. رسالة ماجستير غير منشورة.

-جابر، جابر عبد الحميد(1986). الشخصية- لبناء-الديناميات،النمو، البحث،التقويم. القاهرة:دار النهضة العربية.

-دخان،نبيل،بشير الحجار(2006).الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الاسلامية وعلاقتها بالصلابة النفسية لديهم ، مجلة الجامعة الاسلامية ، المجلد14)، العدد (2).

-رضوان، سامر(2007).الصحة النفسية، ط2، دار المسية للنشر والتوزيعوالطباعة، عمان ،الاردن.

-عبد الهادي، فخري(2010). علم النفس المعرفي، ط1، عمان، دار اسامة.

-علام،هيتي عبد الرحمن(1973). الشباب والازمة والعلاج ، عمان ، الاردن.

-عواد، ايمان داود.(2008).موقع الضبط وعلاقته بالتقييم المعرفي لدى كبار السن، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية: الجامعة المستنصرية.

-مشجل، ياسمين جرجيس(2009). الخوف من الفشل وعلاقته بافاعلية الذات لدى طلبة الجامعة. كلية الاداب، جامعة بغداد. رسالة ماجستير غير منشورة.

-الين بيم (2010). نظريات الشخصية-الارتقاء والنموالتنوع، ط1، ترجمة علاء الدين كفافي ومايسة احمدو سهير محمد، دار الفكر ناشرون، الاردن.

-Bandura,A,(1977). Soical Learning Therory,Englew00d eliffs,Perntice, Hall, NewYork.

-Bandura,(1986).social foundations of thoughtenglew00d and action, Cliffs, N;NJ, Pentice.

- Bandura,A,(1994).Self-Efficacy, In V.s.Ramachandran)Ed),encyopedia of human behavior.Vol 4,NewYork.

- Bandura , A.(1997) self-efficacy : The exercise of control . New York :W.H. Free manand company .
-Denial , C. & Peake , p. (1986) : Anchoring , efficacy , and action : The Influence of judgement and behavior , journal of personality and social psychology , Vol.50. No,3, pp. 492-50.
-Lazarus,R,S&Folkman,S.(1981).Stress a appraisal and coping, New York:Springer Publishing Company.
-Resick,P,A.(2001).Stress andTrauma.hove,East Sussex:Psychology Press.
-Rotter,J,B. 1990. Internal versus external control of reinforcement: a case history of a variable .American Psychologist, 45,489-493.
-Pajares , F.(1996) self-Efficacy beliefs in academic settings Review of Educational Research , 66,pp.543-578.
- Pajares , F. (1997) Current directions in Self-Efficacy research . In M. Maehr & P.R. pintrich (Eds.) Advances in motivation and achievement (Vol . 10, pp . 1-49) . Greenwich, Ct: JAI press.
--Schwarzer,R.(1998).General perceived self -efficacy in cutlures. New York :
- Schunk , D.H.(1994) "Self-Regulation of Self-Efficacy and attributions in academic settings " , In : D.H.Schunk , and B.J Zimmerman , Self-Regulation of learning and performance : issues and educational application , pp.75-99. Hillsdale , NJ : Lawrence Erblaum.
- Sandler , I.N & Ramasy , T.B . (1980) : " Dimensional analysis of children's stressful life events ", American J . of Community psuchology, (8),285–302.
- Zimmerman , B.J,(1995) Self-Efficacy and Educational development In Bandura , A.(Ed) Self-Efficacy in Changing societies (pp.202-231)
Cambridge : Cambridge university press.