

علاقة مستوى الإحباط وإمكانية السيطرة عليه

بكفالية الذات المدركة لدى طلبة الجامعة

د. عائشة حسين علي طواليبة

الخلفية النظرية وأهمية الدراسة ومشكلتها

الخلفية النظرية: نعرض باختصار، شيئاً عن كل من مفهوم الذات - Self efficacy، والإحباط Frustration أو الصلة بينهما.

يعد مفهوم كفاية الذات من المفاهيم الحديثة نسبياً ضمن عائلة المفاهيم المرتبطة بمفهوم الذات. ومن يتصفح المراجع والدراسات النفسية، يجد العديد من المفاهيم في هذا المجال، مثل احترام الذات، وتقديرها أو تمنيها، وتحقيقها، وانغلاقها، أو انفتاحها، وتقييمها، وتنظيمها، ومراقبتها، ونقدتها، وتحمسها (Gage & Berliner, 1998, Sharf, 1996). ويلاحظ أن مفهوم كفاية الذات، مصطلح وتعريف، قد اشتق مما سبقته من المفاهيم المتعلقة بمفهوم الذات. ويعد بانديورا Bandura أشهر من كتب فيه، خاصة بعد كتابه الذي يحمل هذا المفهوم عنواناً (Bandura, 1998).

ويستخدم مفهوم كفاية الذات للإشارة إلى الصورة التي (يدرك) للفرد بها إمكاناته ومهاراته، (والحكم) الذي كونه عنها. ويرتبط بالجانب المعرفي للعقلي والقدرات والإنجاز.

إن جنور إدراك الذات ومحاولة التعرف على إمكاناتها، قيمة، تعود إلى بداية وعي الإنسان بذاته ككيان منفصل عن البيئة الخارجية كما نجد ذلك واضحاً في عصر تآلق الفكر الإغريقي قبل الميلاد، كما في كتابات أرسطو وقوله المشهور: "اعرف نفسك". (Brennan, in Guthrie, 1968).

وفي علم النفس للمعاصر، نجد أن مدرسة الجشطالت، والمدرسة الإنمائية، والظاهرية، تؤكد على أهمية الصورة التي يدرك بها الفرد نفسه في تحديد سلوكه، وتأثير هذه الصورة في دافعيته للإنجاز، وفي مستواها واتجاهاتها. وبما أن مفهوم كفاية الذات يتضمن الصورة التي يحملها الفرد عن إمكاناته وحكمه عليها، فإن ذلك يعني ارتباط

مفهوم كفاية الذات بنظرية (العزو) Attribution theory. وهذه النظرية، لأنها الأنسب لتفسير الإحباط الذي يكون المتغير المهم لثنائي في الدراسة الحالية.

إن نظرية العزو، تشير إلى أن الإنسان ينسب نتائج سلوكه إما إلى عوامل داخلية، تتمثل في قدرته وإمكاناته، أو على عوامل خارجية. ويوجد ما يشير في أدبيات موضوع العزو، إلى أن الإنسان يميل إلى عزو النجاح في المهمات إلى نفسه، والفشل فيها إلى عوامل خارجية.

كما وجد أن الإنسان يشعر عندما ينسب للفشل إلى نقص في قدرته وإمكاناته بالعار والخجل ويقل احترامه لذاته وتهبط دافعيته، ويشعر بالنقص واليأس والإحباط، (Gage & Berliner, 1998, P. 347).

إن التاريخ الطويل من الفشل يجعل للفرد ينسب نجاحه إلى أسباب لا يمكن السيطرة عليها، وإن بذل أي جهد لن يكون له فائدة تنكر. ومثل هذا الاعتقاد، قد يدفع بالآخرين إلى تقبل ما يعتقد الفرد عن نفسه، ففي المدرسة، مثلاً يتقبل للمعلم ما يعزوه تلميذه إلى نفسه. (عيس، ١٩٩٨).

إن النجاح في حل المشكلات لا يستثير الدافعية إذا اعتقد الفرد بأن نجاحه كان بسبب الصدفة أو الحظ. ففي هذه الحالة، قد لا يتكرر النجاح مرة أخرى. وكذلك للفشل والإحباط لا يكون مضرًا إذا اعتدنا بأنه يعود إلى عدم بذل الجهد وليس إلى القدرة، ويشير هذا إلى أن اعتقادنا وعزونا لنجاحاتنا وفشلنا يؤثر في موضوع دافعتنا (البيلي وآخرون، ١٩٩٧). وإذا ما تكرر الفشل في المهمات، يترسخ لديه مفهوم متدن لكفاية الذات ويصل به الأمر إلى ما يسمى بظاهرة "العجز المتعلم" (Learned helplessness) (Eggen & Kauchak, 1997; P. 172, 357).

والعجز المتعلم مصطلح استخدمه سيلجمان Seligman وماير Maier علم ١٩٦٧، استناداً إلى مفهوم "اليأس أو اللأمل" hopelessness العائد لماورر Mowrer عام ١٩٦٠. وقد وصف كل من سيلجمان وماير في العجز المتعلم، سلوك الحيوان (لكلب) في المختبر التجريبي عند تعرضه لصدمات كهربائية لا يمكنه تجنبها أو الهروب منها، حيث وجد أنه يستسلم دون محاولة للقيام بأي سلوك يتقاضي به الصدمات. بعدما درس للعجز المتعلم لدى الإنسان، ووجد أن السبب الرئيسي فيه يعود إلى الاعتقاد بأن نتائج الأحداث لا

يمكن السيطرة عليها، وأن أي جهد مهما كان، لن يقود إلى النجاح (Sowa, 1992, P. 179).

ثم ربط برنارد واينر Bernard Weiner نظرية العزو بالتعلم المدرسي، ويرى أن عزو الطلبة لنجاحهم أو فشلهم يمكن وصفه بثلاثة أبعاد هي المكان أو المصدر Locus ويقصد به أنه أسباب داخلية أو خارجية، والثبات Stability ولا يقصد به أنه أسباب باقية أو يمكن تغييرها، والمسئولية responsibility أو القدرة على السيطرة عليها، أو لا يمكن السيطرة عليها. (Gage & Berliner, 1998, PP. 321-322).

ولمفهوم العزو، صلة بما كتبه روتر Rotter عام (١٩٥٤) عن مركز الضبط Locus of Control الذي يعتبره سمة ثابتة نسبياً. فبعض الناس لديهم مركز ضبط داخلي وهؤلاء يعتقدون أنهم هم المسؤولون عن قدرهم ومصيرهم، بعكس الذين لديهم مركز ضبط خارجي (Woolfolk, 1998, P. 388).

ويمكن مما تقدم عرضه، للوصول إلى أن الإحباط عبارة عن حالة نفسية سلبية، يصل فيها المرء إلى القناعة بأنه لا يمتلك الكفاية الذاتية المناسبة لتحقيق أهدافه، أو المهمات المطلوبة منه، بسبب الخبرات الماضية التي يتكرر فيها الفشل، حتى يصل به الأمر إلى تعلم العجز، وفقدان الأمل، واليأس، والاعتقاد بأن الأحداث الخارجية هي التي تسيره، وأنه لا قدرة له على مواجهتها.

أهمية الدراسة الحالية:

تبرز أهمية للدراسة الحالية، من خلال الأهداف التي تسعى إلى تحقيقها، وهي للكشف عن العلاقة بين كفاية الذات المدركة ومستوى الإحباط وإمكانية السيطرة عليه. إن معرفة العلاقات بين المتغيرات، وللكشف عنها، تعد من الأهداف المهمة للبحث العلمي الهادف إلى فهم الظواهر النفسية، ومحاولة تفسيرها، ثم التنبؤ بها، من خلال التوصل إلى المبادئ أو التعميمات التي تساعدنا في عملنا التربوي النفسي التطبيقي. وهكذا فإن معرفة العلاقة بين كفاية الذات والإحباط، من حيث المستوى وإمكانية السيطرة، يجعلنا في وضع أفضل لمعالجة ظاهرة الإحباط والفشل والعجز المتعلم، لدى الناس بصورة عامة، والطلبة بصورة خاصة.

كما أن السعي إلى للكشف عن العلاقة بين كفاية الذات والإحباط يتطلب بالضرورة إعداد أداة للكشف عن كفاية الذات وأداة أخرى للكشف عن مستوى الإحباط وإمكانية السيطرة عليه، ومن خلالهما أيضاً، يمكن تحديد مستوى الكفاية الذاتية لدى الطلبة، ومصادر الإحباط، ومستواه، وإمكانية السيطرة عليه. ولا شك أن مثل هذه المعلومات لها فائدتها بالنسبة للجامعة، فهي ترشد العاملين فيها إلى نقاط القوة والضعف في البنية النفسية للطلبة، وفي ضوءها يمكن تحديد الجهود التربوية والإرشادية النفسية.

المشكلة:

يشير بانديورا (1997) في كتابه عن كفاية الذات إلى الكثير من الدراسات التي أجريت عن هذا المفهوم، والاختبارات التي وضعت لقياسه وتخصيصه، وريبته بمتغيرات نفسية كثيرة، كالدافعية، والأهداف، والمهارات المعرفية فوق الإدراكية، وكفاية استخدامهما، وإدارة الذات، والسيول، والصحة النفسية، وتوقع الإنجاز، والمرونة العقلية. إلا أننا لم نجد دراسة عالجت العلاقة بين (كفاية الذات) و(مستوى الإحباط وإمكانية السيطرة عليه) بالصورة التي تعرضها الدراسة الحالية، وهذا يعني استكشاف إحدى المساحات لكل من مفهومي كفاية الذات والإحباط، التي لم تتناولها الدراسات السابقة بالبحث، وهو أمر يشير إلى وجود ثغرة بحاجة إلى أبحاث تملؤها تسدها وتستكشفها إضافة إلى وجود إشكالات ضمنية ترد في كتاب بانديورا، للمذكور عن كفاية الذات، فهو يشير بشكل غير مباشر، وبشكل نظري، إلى توقع وجود نوع من العلاقة بين كفاية الذات المدركة العالية وتحويل الفشل إلى نجاح.

وهكذا فإن الدراسة الحالية، تأتي محاولة متواضعة، ساعية إلى إضافة شيء إلى هذه المساحة غير المستكشفة. وهي في سعيها ذلك ستحاول الإجابة عن الأسئلة الآتية:

1- ما العلاقة بين كفاية الذات المدركة والإحباط من حيث:

أ. المستوى.

ب. إمكانية السيطرة علي مصادره.

ولالإجابة عن هذا السؤال، يقتضي الأمر الإجابة عن الأسئلة الآتية:

2- ما مستوى كفاية الذات لدى طلبة الجامعة؟

3- ما مستوى الإحباط لدى طلبة الجامعة من حيث:

أ. المستوى. ب. إمكانية السيطرة عليه.

٤- هل توجد فروق بين الذكور والإناث من حيث العلاقة بين كفاية الذات والإحباط؟
أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى ما يلي:

- ١- فحص العلاقة الارتباطية بين كفاية الذات ومستوى الإحباط.
- ٢- فحص العلاقة الارتباطية بين كفاية الذات وكل من المستوى الفعلي والمتوقع للإحباط.
- ٣- التعرف على العلاقة بين كفاية الذات وإمكانية السيطرة على مصادر الإحباط.
- ٤- التعرف على العلاقة بين كفاية الذات وكل من إمكانية السيطرة الفعلية والمتوقعة.
- ٥- فحص العلاقة الارتباطية بين مستوى الإحباط العام ومستوى السيطرة.
- ٦- التعرف على الفروق بين الذكور والإناث في العلاقة بين كفاية الذات ومصادر الإحباط من حيث المستوى وإمكانية السيطرة.

تعريف المصطلحات:

١- كفاية الذات المدركة: **Perceived Self - efficacy**.

يمكن تعريف كفاية الذات المدركة بأنها حكم الفرد على قدرته في تنظيم وتنفيذ أنواع معينة من الأفعال (Bandura, 1997. P.21). ويلاحظ في هذا التعريف، أن كفاية الذات تشير إلى قدرات الفرد وإمكاناته في مختلف جوانب الحياة، فهي عامة. كما أن باندورا في كتابه عن كفاية الذات يشير إجرائياً إلى الكثير من الخصائص والسلوكيات التي يتميز بها صاحب الكفاية العالية للذات، مثل: التميز في العمليات الفكرية لعقلية، الاستخدام الجيد للمهارات المعرفية، المثابرة العالية في البحث عن الحلول، للدفعية الذاتية، للتحدي الشخصي للذات في إنجاز العمل، الالتزام بالهدف أو المهمة، توقع الإنجاز، تفسير وخزن واستدعاء النجاحات، تنظيم الذات، استراتيجية مرنة في البحث عن الحلول، الدقة في تقييم الأداء، التغلب على العقبات بالجهد المتواصل، تحويل الفشل إلى نجاح، الخروج من الخبرات الصعبة إلى وضع أفضل، سرعة التخلص من الاستراتيجيات الخاطئة، القدرة على التخلص من السلوكات غير المرغوبة. وتقاس كفاية الذات إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها المجيب على الأسئلة الخاصة بها في الدراسة الحالية.

== علاقة مستوى الإحباط وإمكانية السيطرة عليه بكتابة الذات المدركة لدى طلبة الجامعة ==

- ٢- الإحباط Frustration: هو إحساس لفعالي يحدث نتيجة للفشل الكلي، أو الجزئي في تحقيق هدف أو مجموعة أهداف يعتقد الفرد بأهميتها لديه.
 - لما مستوى الإحباط الواقعي (الفعلي) فيقصد به في الدراسة الحالية المجموع العندي لمصادر الإحباط الموجودة لدى الفرد والتي يعتقد أنه لا يستطيع للسيطرة عليها. وتقاس إجرائياً في هذه الدراسة بالدرجة التي يحصل عليها من إجابته بعدم القدرة على السيطرة على هذه الإحباطات الموجودة فعلاً لديه، والتي تقسمها الأداة التي أعدت لهذا الغرض في الدراسة الحالية.
 - ٣- مستوى الإحباط المتوقع: هو الدرجة التي يحصل عليها المجيب من خلال إجابته بتوقع عدم القدرة على السيطرة على مصادر إحباط محتملة، ليست موجودة لديه فعلاً فيما لو ظهرت لديه في المستقبل.
 - ٤- مستوى الإحباط العام: هو محصلة الدرجة التي يحصل عليها المجيب في كل من: مستوى الإحباط الواقعي، والمتوقع.
 - ٥- مستوى السيطرة الفعلية: هي الدرجة التي يحصل عليها المجيب من خلال إجابته على البديل.
 - ٦- مستوى السيطرة المتوقع: هي الدرجة التي يحصل عليها المجيب بقدرته على السيطرة على مصادر الإحباط المتوقعة (التي ليست موجودة لديه).
 - ٧- مستوى السيطرة العام: هي حاصل جمع درجتي المجيب التي حصل عليها في كل من (مستوى السيطرة لفعالية) و (مستوى السيطرة للمتوقع).
- حدود الدراسة:

تتحدد الدراسة الحالية بطلبة الجامعة الهاشمية، في محافظة الزرقاء/ المملكة الهاشمية، للعام الدراسي ٢٠٠٠/٢٠٠١، وفي دراسة العلاقة بين ظاهرتي الذات المدركة والإحباط: من حيث مستواه وإمكانية السيطرة عليه.

الإطار النظري والدراسات السابقة:

تستند الدراسة الحالية في إطارها للنظري، على لنظرية الاجتماعية المعرفية Social Cognitive theory، التي تمتد جذورها إلى نظرية التعلم الاجتماعي، وقد ازداد تأكيدها، مع مرور الزمن، على دور الإدراك المعرفي Cognition في سلوك الإنسان، فهي تؤكد

== المجلة المصرية للدراسات النفسية - العدد ٢٢ - المجلد الثاني عشر - أكتوبر ٢٠٠١ == (١٧٠)

علي الأصول الاجتماعية للسلوك وأهمية العمليات الإدراكية للمعرفة في كل جوانبه: الانفعالية، والدافعية، والفعل أو السلوك. كما تؤكد علي تنوع السلوك أثناء استجابة الفرد للتغيرات في البيئة، وتباين استجابات الناس في المواقف المختلفة (Pervin, 1997, P. 398).

ويرى بانديورا (1997)، أن الإحساس بالكفاية الذاتية يجعل الفرد أكثر حصانة لمقاومة مصادر الإحباط والضعف، أما استجابة للإحباط والضعف، فإنها تعبر عن إحساس متدن بكفاية الذات. الدراسات المتعلقة:

ينكر بانديورا (1997) في كتابه الكثير من الدراسات عن كفاية الذات ولارتباطها بمتغيرات مختلفة، كما يوجد العديد من الدراسات الأخرى في هذا المجال. وسنعرض بعضها في هذا القسم من البحث.

في دراسة للباحث Lei (1999) قام فيها بإعداد اختبار لقياس كفاية الذات لدى طلبة الجامعة. تألفت العينة من (140) من طلبة جامعة بكين، 85 من الذكور والبقية من الإناث، واستخرج الثبات بطريقتي كرونباخ ألفا = 0.878، وإعادة التطبيق (ر = 0.817) أما للصدق فقد حسبته من خلال إيجاد معامل الارتباط بين اختباره المقياس روتر للسيطرة الداخلية - الخارجية، وكان الارتباط سالبا به، وبلغ (ر = 0.511) وبلغ متوسط كفاية الذات للعينة 63.09 والانحراف المعياري 12.645. ولم تكن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث (ت = 0.14).

وفي دراسة أوبراين وجماعتها O'Brien (2000)، فحص الباحثون العلاقة بين الصلة بالوالدين وكفاية الذات المهنية، علي عينة من (207) طالبة ثانوية. وأظهرت النتائج أن وجود الصلة مع الأبوين تؤدي إلي قوة في كفاية الذات المهنية.

أما دراسة الين ماك ورتنر وصبا رشيد Ellen Mc Whirter & Saba Rasheed (2000)، فكانت عن أثر برنامج تدريبي في التعليم المهني علي كفاية الذات في اتخاذ القرار المهني، وكفاية الذات في المهارات المهنية، والعوائق التعليمية المدركة، والنتائج المتوقعة، علي عينة من 166 من طالبات المرحلة الثانوية في المرحلة قبل الأخيرة. وأشارت نتائج الاختبارات القبليّة والبعديّة إلي تحسن في كفاية الذات.

وفي دراسة شايلر Schaler (١٩٩٥)، لنظرية، توصل فيها، إلى أساس منطقي نظري، إلى أن تضمين كفاية الذات في البرامج العلاجية يعد من أهم العوامل في مساعدة المدمنين على المخدرات والكحول للتخلص من الإدمان.

وفي دراسة روبسن Robeson (٢٠٠٠)، عالج فيها حالتين طالبيتين متفوقتين، كانتا تواجهان مشكلات في الدراسة. ومن خلال وضعه لبرنامج شامل لتقوية كفاية الذات تمكنت الطالبتان من التخلص من تلك المشكلات، وكانتا من المقبولات حديثاً في الجامعة. وفي دراسة كاترين سيناشك (١٩٩٥)، توصلت إلى أن طلبة الجامعة الذين يواجهون صعوبات في التعلم والدراسة، بحاجة إلى برنامج شمولي لتقوية كفاية الذات.

وفي دراسة لورزيبك وجنكز Lorschach & Jinks (١٩٩٩)، النظرية، شخصاً فيها أثر كفاية الذات الأكاديمية لدى الطلبة في تحسين المناخ التعليمي الصفّي، وزيادة تحصيل الطلبة، مستشهدين في ذلك بنتائج الدراسات المرتبطة بالموضوع الذي عالجته دراستهما، وقدما تصوراً لما يمكن أن تكون عليه الأبحاث في المستقبل في مجال كفاية الذات الأكاديمية.

لما من الدراسات العربية (الأردنية)، فوجد دراسة خالد القضاة (١٩٩٩) التي أجراها علي (٤٢٩) طالب وطالبة في الصف السادس (الابتدائي) وقد كشفت فيها عن العلاقة بين الكفاءة الذاتية المدركة والاكنتاب، وأظهرت النتائج وجود علاقة سلبية بينهما. واستخدم في قياس كفاءة الذات للمدركة مقياس هارتر Harter، الذي قام للصرارية بتعريبه وتعديله عام (١٩٩٢)، ويتألف من (٢٨) فقرة.

ويلاحظ من استعراض الدراسات السابقة أنها تتعجم مع ما أورده بانديورا (١٩٩٧) التي أجراها علي المرجع كفاية الذات. فوجد أن كفاية الذات من الموضوعات المهمة في علم النفس، خاصة في مجال التعلم والتعليم، والإرشاد والعلاج النفسي. كما أن الباحثين المهتمين بالموضوع لا زالوا يطورون وسائل قياسه، ويضعون البرامج لتطوير كفاية الذات: العامة والخاصة في مجالات معينة كالدراسة والاختيار المهني والصحة النفسية والتوافق. وتشير النتائج كلها إلى أن تطوير كفاية الذات يؤدي إلى التحسن في الجوانب المذكورة.

والدراسة الحالية، أفادت من الدراسات السابقة في تحديد المتغير الذي لم يدرس

إرتباطياً لحد الآن (حسب ما توفر للباحثة من معلومات ودراسات) مع الكفاية لذاتية للمدرسة.

المنهجية:

نعرض في هذا القسم من البحث كيفية تطوير أداتي البحث، واختيار العينة، والتطبيق، وتفرغ البيانات وتحليلها.

١- أداة البحث: تتطلب إنجاز الدراسة الحالية إعداد أدتين: الأولى لقياس كفاية الذات المدرسة، والثانية لقياس الإحباط، من حيث المستوى، وإمكانية السيطرة على مصادره وفيما يلي وصف لمراحل إعدادها:

أ- الدراسات الاستطلاعية: أجريت درستان استطلاعتان، كل على حدة، على عينتين، من طلاب وطالبات الجامعة الهاشمية، عدد أفراد كل منهما (٣٠) طالباً وطالبة. ووجه إلى أفراد العينة الأولي سؤال مفتوح، طلب فيه منهم تحديد خصائص وسلوكيات الطالب الذي يتصف بكفاية عالية للذات، بعد تقديم تعريف إجرائي إليهم عن كفاية الذات. وكذلك الأمر بالنسبة للإحباط ومصادره، لطلبة العينة الثانية. حيث طلب منهم تحديد مصادر الإحباط وذلك بعد تعريفه إجرائياً. بعدها تم تحليل الأفكار الواردة في السؤالين، وصيغت منها عبارات لتكوين الصورة الأولية للأدتين. كما تم إضافة العديد من الفقرات إلى أداة كفاية للذات مما كتبه باننورا (١٩٩٧) في توصيفه لخصائص كفاية للذات. وتم الحصول بهذه الطريقة على (٤٥) فقرة أولية لكفاية للذات، و (٣٤) فقرة أولية لمصادر الإحباط.

ب- الصلح: تم إيجاد الصلح للظاهري للأدتين، من خلال عرضهما على (٧) من المختصين في العلوم النفسية والتربوية في قسمي علم النفس التربوي، والمنهج وأساليب التدريس، في كلية العلوم والتربية، في الجامعة الهاشمية. وحصلت جميع الفقرات على موافقتهم في صلاحيتها لقياس مفهوم البحث، واقترح بعض المحكمين منهم، بعض التعديلات في صياغة عدد قليل من الفقرات، أخذ بمعظمها. ثم اختارت الباحثة أفضل (٣٠) فقرة، على أساس موافقة المحكمين، وعدم وجود ملاحظات حول الفقرة.

== علاقة مستوى الإحباط والامتكية المسيطرة عليه بكفاية الذات المدركة لدى طلبة الجامعة ==

ج- الثبات ووضوح الفقرات والتطبيقات: تم تطبيق الأدتين على عينة من (٤٠) طالباً وطالبة، متساويين من حيث الجنس: لذكور والإناث، ثم أعيد للتطبيق عليهم بعد مضي أسبوعين من التطبيق الأول. وقد بلغ معامل ارتباط بيرسون لكفاية الذات (٠,٨٤٥)، و (٠,٨٧٨) لمصادر الإحباط، محسوباً على مدى وجودها لدى الفرد. وهما ذو دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١).

د- كما سئل الطلبة عن مدى وضوح التعليمات والفقرات، وطريقة الإجابة. وتبين أنها واضحة ومناسبة.

هـ- البدائل: إن البدائل التي وضعت أمام فقرات كفاية الذات المدركة هي: موجودة لدى بدرجة:

"عالية جداً - عالية - متوسطة - ضعيفة - ضعيفة جداً"

وأعطيت الأوزان: (٥، ٤، ٣، ٢، ١) على التوالي.

وبهذا تكون أعلى درجة يمكن أن يحصل عليها الطالب (١٥٠)، وأدناها (٣٠) ومتوسطها (٩٠).

أما بالنسبة لبدائل فقرات مصادر الإحباط، فقد وضع بديلان هما: أن مصدر الإحباط: (موجود لدي - وغير موجود لدي). وتم تقسيم كل منهما إلى: (يمكن السيطرة عليه، لا يمكن السيطرة عليه). ويمكن الرجوع للملحق (١) للاطلاع على الأدتين.

٢- مجتمع الدراسة: يتألف مجتمع الدراسة من طلبة الجامعة الهائمية لبلغ عددهم (٦٨٨٩) طالباً وطالبة. منهم (٢٧٥٦) طالب و (٤١٣٣) طالبة تقريباً.

٣- العينة: تم اختيار عينة عشوائياً على أساس للشعبة من الكليات للثلاث العلوم والآداب، العلوم الإدارية والاقتصاد، العلوم التربوية والنفسية، إضافة إلى الشعب التي تدرس المتطلبات الجامعية، لأنها متطلبات إجبارية لجميع الطلبة من مختلف التخصصات والكليات لأن هذا الإجراء يضمن توفر طلبة في العينة من مختلف الكليات.

بلغ عدد أفراد العينة (٣٠٠) طالباً وطالبة، منهم (١٢٥) طالباً، و (١٧٥) طالبة، وأعطى لكل طالب أداتا البحث معاً.

٤- تفرغ البيانات وتحليلها إحصائياً: استخدم الحاسوب في تفرغ البيانات، كما استخدم

== المجلة المصرية للدراسات النفسية - العدد ٢٢ - للجلد الثاني - نوفمبر ٢٠٠١ - (١٧٤)

برنامج (SPSS) لإيجاد معاملات الارتباط بين متغيرات الدراسة، وقد استخدم معامل ارتباط بيرسون.

النتائج:

في هذا القسم، نعرض النتائج التي تم التوصل إليها، بالطريقة التي تجيب عن فرضيات الدراسة.

١- العلاقة بين كفاية الذات والمعتوى العلم للإحباط: أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية سالبة (-٠,٤٠)، وهي ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) لعينة مؤلفة من (٣٠٠) حالة. وبذلك تكون الفرضية الأولى قد ثبتت. وتؤيد هذه النتيجة نتائج الدراسات السابقة والتتظير، التي أوردها بانديورا، من أن الكفاية العالية للذات تجعل الفرد أكثر قدرة على التعامل مع الفشل، وأكثر توقعاً للنجاح.

٢- العلاقة بين كفاية الذات والمعتوى الفعلي للإحباط: أظهرت النتائج أن العلاقة بينهما علاقة سالبة، حيث بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون (-٠,٤٢)، وهو ذو دلالة عند مستوى (٠,٠١) وبذلك تكون هذه الفرضية قد ثبتت. وينطبق تفسيرها على ما نكر من تفسير في الفرضية الأولى. فالفرد الذي يدرك بأنه أكثر كفاءة يكون الإحباط الفعلي أقل لديه. وهذه نتيجة منطقية، وتتماشى مع الطرح النظري لبانديورا وأصحاب النظرية الإدراكية الاجتماعية.

أما بالنسبة لكفاية الذات وعلاقتها بالمعتوى للمتعوق للإحباط، فقد أظهرت النتائج أن قيمة معامل الارتباط تساوي (-٠,٠٣)، وهي ليست ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥)، إلا أن هذه النتيجة تعبير في الاتجاه المنطقي للمام لنتائج مستوى الإحباط.

٣- العلاقة بين كفاية الذات والمسيطر العامة للإحباط: أظهرت النتائج أن العلاقة بينهما إيجابية، وتبلغ (٠,٣٥) وهي ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) وبذلك تكون الفرضية في هذا المجال قد تأكدت. وتأتي هذه النتيجة متسقة مع التتظير في مجال كفاية الذات، ونتائج الدراسات التي تناولت علاقة كفاية الذات بالنجاح والفشل في إنجاز المهمات، والمثابرة.

(١) جميع الإحصاءات كانت العينة فيها (٣٠٠).

٤- العلاقة بين كفاية الذات والسيطرة الفعلية:

أظهرت لنتائج أن العلاقة إيجابية بينهما، وتبلغ (٠,١١)، وهي ليست ذات دلالة إحصائية عند (٠,٠٥). وبذلك لا تقبل الفرضية التي وضعت في هذا المجال، التي تشير إلى أن العلاقة بينهما ذات دلالة إحصائية. ورغم ذلك فلاحظ هنا، أن العلاقة إيجابية، وأنها تشير ضمن المنطق النظري لكفاية الذات والسلوكيات المرتبطة بها، إلا أنها لا ترقى إلى مستوى الدلالة الإحصائية. وقد يعود الأمر في ظهور هذه النتيجة إلى وجود بعض مصادر إحباط التي يعتقد أفراد العينة أنها موجودة لديهم، وأنها لا تقع ضمن إمكانية سيطرتهم عليها.

أما بالنسبة لعلاقة كفاية لذات بالسيطرة المتوقعة، فقد أظهرت النتائج أن قيمة معامل الارتباط يبلغ (٠,٢٥)، وأنها ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١). وبذلك تكون الفرضية المتعلقة بهذا المجال قد ثبتت. وتشير هذه النتيجة مع النتائج الأخرى وترتبط منطقياً بالسلوكيات والتقدير في مجال كفاية الذات. كما أن الأمر قد يعود إلى أن المشكلات في مجال الإحباط ومصادره، هي من النوع الذي يعتقد أفراد العينة، أن بإمكانهم السيطرة عليه، رغم عدم موجهتها بعد.

وهكذا نجد، أن الفرضيات المتعلقة بكفاية الذات، والإحباط، من حيث مستواه، وإمكانية السيطرة عليه، قد ثبتت في اتجاهاتها العامة.

٥- الفروق بين الذكور والإناث في العلاقة بين كفاية الذات والإحباط من حيث المستوى بأنواعه والسيطرة بأنواعها:

لم تظهر النتائج وجود فروق في قوة العلاقة بين الجنسين في مجال: كفاية الذات، والمستوى الفعلي للإحباط، والمتوقع، والعام. وفي مجال السيطرة الفعلية، عند مستوى دلالة (٠,٠٥). وكانت معاملات ارتباطها على التوالي: (٠,١١)، (٠,٠٩ -)، (٠,٠٥ -)، (٠,١١ -)، (٠,٠٩ -).

إلا أن لنتائج أظهرت وجود فروق بين الجنسين في قوة العلاقة الارتباطية في مجال: السيطرة المتوقعة، والسيطرة لعمامة، حيث بلغت قيمتهما على التوالي: (٠,٢٠)، و (٠,١٣). ولقيمة الأولى ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بينما لثانية عند مستوى (٠,٠٥).

وهذا يعني أن الاتجاه العام يشير إلى عدم وجود فروق بين الجنسين. وقد يعود السبب في ذلك إلى أن التنشئة الاجتماعية في الوقت الراهن، لم تعد كما كان عليه الأمر في السابق، من حيث التمييز الواضح بين الجنسين في التنشئة. حيث كانت لصالح تنمية الذات والمخصصة وتأكيدا لدي الذكور أكثر من الإناث.

٦- العلاقة بين مستوى الإحباط العلم ومستوى السيطرة العلم:

أظهرت النتائج أن معامل الارتباط بينهما يبلغ (- ٠,٩٧). وهذا يعني أنه كلما ازدادت السيطرة العامة على مصادر الإحباط قل مستوى الشعور بالإحباط لدى الفرد، كما أنها تبدو نتيجة منطقية، وتتماشى مع لخط لعام للصحة النفسية والتوافق وكفاية الذات. وبذلك تكون الفرضية المتعلقة بهنين للمتغيرين قد تأيدت. وهي ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١).

مستويات كفاية الذات والإحباط والسيطرة لدى الطلبة:

١- مستوى كفاية الذات: أشارت النتائج إلى أن متوسط كفاية الذات لدى الطلبة يبلغ (١٠٨,٨٦) ويانحرف معياري (١٨,٢٧). ولدى مقارنة هذا المتوسط بالمتوسط للاقتراضي البالغ (٩٠)°، فنجد أنه أعلي ولو أضفنا الانحراف المعياري للعينة إلى هذا المتوسط (٩٠)، نحصل على قيمة تساوي (١٠٨,٢٧)، وهي تكاد تتطابق مع متوسط العينة البالغ (١٠٨,٨٦) ويستنتج من ذلك، أن متوسط عينة الطلبة في كفاية لذات يمثل شريحة تقع في المرتبة ٨٤% العليا في التوزيع الاعتملى الطبيعي، هذا ويشير إلى أن الطلبة ينظرون إلى كفايتهم الذاتية نظرة إيجابية إلا أن المجال لنمو كفاية الذات هي (١٥٠). وقد تعود هذه النظرة إلى أن الطالب يدرك أن الجامعة، هي مركز العلم، ومكان تطوير القدرات والإمكانات، والمؤسسة التي تفتح الباب أمام منتمسيها من الطلبة للنقلة الاجتماعية، وتريد من القيمة المعنوية للشهادة.

٢- مستويات الإحباط: أشارت النتائج إلى أن كلا من متوسط الإحباط العام، والفعلي والمتوقع، والبالغة قيمتها على التوالي: (١٠,٧٦)، و (٨,٦٣)، و (٢,١٠)، وانحرافاتهما

(°) للمتوسط الاقتراضي: يتم الحصول عليه من ضرب متوسط ميزان التقدير أو الاختيار المستخدم في عدد القترات. وبما أن عدد قترات أداة كفاية الذات هو (٣٠)، ومتوسط ميزان التقدير هو (٣)، فإن المتوسط الاقتراضي = ٩٠.

== علاقة مستوى الإحباط وإمكانية السيطرة عليه بكفاية الذات للمدرسة لدى طلبة الجامعة ==

المعيارية: (٥,٥٥)، و (٥,٠٤)، و (٢,٧٢)، هي أقل من المتوسط الافتراضي لمستوى الإحباط العلم البالغ (١٥) والفعلي والمتوقع (٧,٥)، باستثناء الفعلي، الذي يزيد قليلاً عن الافتراضي. وتشير هذه النتيجة بصورة عامة، إلى أن الطلبة ليست لديهم مشكلات إحباطية كبيرة. وقد يعود الأمر في ذلك إلى أنهم في مرحلة عمرية، يكون فيها الأمل والتفاؤل بالمستقبل كبيرين، بالإضافة إلى وجودهم في الجامعة، وما تقدمه هذه المؤسسة المرموقة في المجتمع من دعم معنوي.

٣- مستويات السيطرة: أشارت النتائج إلى أن كلا من متوسط: السيطرة العامة، والفعلية، والمتوقعة، هي أعلى للتالي: (١٩,١٤)، و (٨,٤٦)، و (١٠,٦٧)، وانحرافاتها المعيارية: (٥,٦٠)، و (٤,٥١)، و (٥,٩٧)، هي أعلى من المتوسط الافتراضي للسيطرة العامة البالغ (١٥)، ومن المتوسط الافتراضي للسيطرة الفعلية والمتوقعة البالغ (٧,٥). ويلاحظ هنا وجود الاعتقاد بإمكانية السيطرة على مصادر الإحباط من وجهة نظر الطلبة، ويرتبط هذا بما ظهر في نتائج مستوى الإحباط، وللأسباب التي ذكرت نفسها.

وفيما يلي جدولاً يوضح المتوسطات والانحرافات المعيارية للمستويات كافة:

متوسطات: كفاية الذات والإحباط والسيطرة

بأنواعها وانحرافات المعيارية والمتوسطات الافتراضية

المتوسط الافتراضي	الانحراف المعياري	المتوسط	المتغير
٩٠	١٨,٢٧	١٠٨,٨٦	كفاية الذات
١٥	٥,٥٥	١٠,٧٦	المستوى العام للإحباط
* ٧,٥	٥,٠٤	٨,٦٣	المستوى الفعلي للإحباط
* ٧,٥	٢,٧٢	٢,١٠	المستوى المتوقع للإحباط
١٥	٥,٦٠	١٩,١٤	المستوى العام للسيطرة
* ٧,٥	٤,٥١	٨,٤٦	المستوى الفعلي للسيطرة
* ٧,٥	٥,٩٧	١٠,٦٧	المستوى المتوقع للسيطرة

* تم تقسيم المتوسط الافتراضي على (٢)، لأن كلا من مستوى الإحباط ومستوى السيطرة يقسم إلى نوعين، هما: الفعلي، والمتوقع (٢÷١٥).

الاستنتاجات:

- يمكن الخروج بالاستنتاجات التالية من لدراسة لحالة:
- 1- إن كفاية الذات العالية ترتبط بهبوط في المستوى العام للإحباط، والمستوى الفعلي له.
 - 2- إن كفاية الذات العالية ترتبط بزيادة في إمكانية السيطرة بأنواعها: العامة، والفعلية، والمتوقعة، علي مصادر الإحباط.
 - 3- يتشابه الذكور والإناث في كل من كفاية الذات، ومستوى الإحباط بأنواعه.
 - 4- يختلف للذكور عن الإناث في مستوى السيطرة علي الإحباط بأنواعه، العام والفعلي والمتوقع.
 - 5- أن للزيادة في السيطرة لعامة علي الإحباط ترتبط بهبوط في المستوى العام للإحباط.

التطبيقات التربوية:

أظهرت للدراسة وجود علاقة بين كفاية للذات وتدني مستوى الإحباط، من جهة، وزيادة في إمكانية السيطرة علي مصادر الإحباط. وفي ضوء هذه النتائج، تقترح للدراسة الآتي:

- 1- تدريب الطلبة في الجامعة علي المهارات الحياتية المختلفة Life - Skills، في مجال للدراسة، والعلاقات الاجتماعية، وتنظيم للذات وإدارتها، وتأكيد الذات - Self assertion. خاصة وأن للنتائج أظهرت أنه من الممكن تطوير كفاية الذات إلي مدى أوسع مما هي عليه لدى الطلبة في الوقت الراهن.
- 2- تدريب للطلبة علي كيفية التعامل مع مصادر الإحباط التي يواجهونها فعلاً، والتي يتوقعون ظهورها في المستقبل، ليحققوا التوافق النفسي/ الاجتماعي، والدراسي.
- 3- تعامل جميع أعضاء الهيئة التدريسية في الجامعة مع الطلبة بأساليب تربوية / نفسية، تعزز كفاية للذات، وتخفف من مستوى الإحباط، وتمكنهم من السيطرة عليه.

مقترحات أبحاث:

تقترح للدراسة الحالية، إجراء المزيد من الدراسات في مجال كفاية الذات والإحباط في المستقبل، مثل:

== علاقة مستوى الإحباط وامكانية السيطرة عليه بكفاية الذات للمدركة لدى طلبة الجامعة ==

- ١- علاقة بين مجالات كفاية ذات: الإدراكية/ المعرفية، والوجدانية، والاجتماعية، بالإحباط.
- ٢- مصادر الإحباط الأكثر ارتباطاً بكفاية الذات.
- ٣- أتماط للتنشئة الاجتماعية وعلاقتها بكفاية الذات، وبمستويات الإحباط وأنواعه ومصادره.
- ٤- العلاقة بين كفاية ذات الأكاديمية ومستويات الإحباط، والعجز الدراسي لمتعلم.
- ٥- الفروق بين الذكور والإناث في مصادر الإحباط ومستوياته وإمكانية السيطرة عليه.

المراجع

- ١- البيلي، محمد عبد الله قاسم، عبد لقادر عبد الله الصمادي، أحمد عبد المجيد (١٩٩٧). علم النفس التربوي وتطبيقاته. الكويت: مكتبة الفلاح.
- ٢- عمس عبد الرحمن (١٩٩٨). علم النفس التربوي (نظرة معاصرة). ط ١٠، عمان: دار الفكر.
- ٣- القضاة، خالد علي عبد الرحمن (١٩٩٠). الاكتئاب لدى الأطفال: علاجه بالبيئة الأسرية والكفاءة المدركة والتحصيل الأكاديمي في عينة من طلبة الصف السادس الأساسي. للجامعة الأردنية. (أطروحة ماجستير غير منشورة).
- 4- Bandura, Albert. (1998). Self - efficacy: the Exercise of control. 2nd printing. New York: W.H. Freeman & company.
- 5- Brennan, James F. (1968). "self Understanding and Social Feelings " in Guthrie. Rober V. (Ed.) psychology in the world Today. Reading, Mass: Addison - wesley.
- 6- Eggen, Paul & Kauchak, Don. (1997). Educational Psychology : Windows in Classrooms. 3rd . ed New Jersey : Merrill.

- 7- Gage, N.L. & Berliner, David C. (1998). Educational Psychology. Boston : Houghton Mifflin.
- 8- Lei. Wang. (1999). The Structure and Measurement of Self- efficacy. Beijing : Peking University. (By the internet).
- 9- Lorschach, Anthony W. & Jinks, Jerry L. (1999) . Self – efficacy Theory and Learning Environment Research, Learning Environments Research. Fall, 1999, Vol. 2 : 157 – 167.
- 10- Mc Whirter, Ellen Hawley, Rasheed, Saba & Craters, Marciana. The Effects of High School Career Education on Social Cognitive Variables. Journal of Counseling Psychology , 2000, Vol 47, no : 330 – 341.
- 11- O'Brien, Karen M., Friedman, Suzanne Miller Tipton, Linda C., & Linn, Sonja Geschmay. (2000). Attachment, Separation, and Women's Vocational Development : A Longitudinal Analysis. Journal of counseling Psychology. July 2000, Vol. 47 , no. 3: 301-315.
- 12- Pervin, Lawrence A. (1970). Personality. New York. John – Wiley.
- 13- Robeson, Bob. (1999). Self – Efficacy Beliefs and Learning : Linking Theory to Paractice (By the Internet).
- 14- Sowa, C. (1992)., "Understanding Clients Perception Stress". Journal of Counseling & Development. Nov – Dec, Vol. 71.
- 15- Synatschk, Katherine. (1995). College – Bound Student with Learning Disabilities : Assessment of Readiness for Academic Success. LD Online, (By the Internet).
- 16- Woolfolk, Anita E. (1998). Educational Psychology : 7th Ed. Boston : Allyn & Bacon.