International Journal of Educational Sciences and Arts (IJESA)
Vol. (4), No. (10)
IJESA
October 2025
المجلة الدولية للعلوم التربوية والآداب
الإصدار (4)، العدد (10)

فاعلية الذات لدى طلاب جامعة بيشة

أحمد محمد القرني
باحث ماجستير– علم النفس (الإرشاد النفسي)، جامعة بيشة، المملكة العربية السعودية
Rwad_alenjaz@hotmail.com

عهود فهد العساف
أستاذ مساعد في علم النفس، كلية التربية والتنمية البشرية، جامعة بيشة، المملكة العربية السعودية
uhuud2017@gmail.com

ملخص البحث

هدف هذا البحث إلى التعرف على مستوى فاعلية الذات لدى طلاب جامعة بيشة ، ومعرفة الفروق في فاعلية الذات في ضوء كل من الجنس، والتخصص، والمرحلة الدراسية، ولتحقيق ذلك استخدم الباحث المنهج الوصفي المسحي، وطُبق البحث على عينة مكونة من (530) طالبًا وطالبةً من طلاب جامعة بيشة، وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية، وقد تمثلت أداة البحث في مقياس فاعلية الذات لدى طلاب الجامعة من إعداد الباحث، وتم تحليل البيانات إحصائيًا باستخدام اختبار "ت" لمجموعة واحدة، واختبار "ت" لمجموعتين مستقلتين، واختبار مان-ويتني، وقد أسفرت نتائج البحث عن ارتفاع مستوى فاعلية الذات لدى عينة البحث من طلاب الجامعة، وكذلك اسفرت عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في فاعلية الذات ترجع إلى متغير الجنس، وتعزى الفروق لصالح مجموعة الإناث، وكذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية في فاعلية الذات ترجع إلى متغير التخصص (عملي – نظري)، وتعزى الفروق لصالح التخصص العملي، كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في فاعلية الذات ترجع إلى متغير المرحلة الدراسية ، وتُعزى هذه الفروق لصالح طلاب الماجستير.

الكلمات المفتاحية: فعالية الذات، طلاب الجامعة، جامعه بيشة.

International Journal of Educational Sciences and Arts (IJESA)
Vol. (4), No. (10)
IJESA
October 2025
المجلة الدولية للعلوم التربوية والآداب
الإصدار (4)، العدد (10)

Self-Efficacy among University of Bisha students

Ahmed Mohammed Al-Qarni
Master's Researcher - Psychology (Psychological Counseling), University of Bisha, Saudi Arabia
Rwad_alenjaz@hotmail.com

Uhood Fahd Al-Assaf
Assistant Professor of Psychology, College of Education and Human Development, University of Bisha, Saudi Arabia
uhuud2017@gmail.com

Abstract

This study aimed to assess the level of self-efficacy among students at the University of Bisha and to examine differences in self-efficacy according to gender, academic major, and academic level. A descriptive survey design was employed, and data were collected from a randomly selected sample of 530 male and female students. The instrument utilized was a self-efficacy scale specifically developed by the researcher for university students.

Data were analyzed using a one-sample t-test, independent samples t-test, and Mann–Whitney U test. The results indicated a high level of self-efficacy among the participants. Statistically significant differences were observed based on gender, favoring female students. Differences were also significant with respect to academic major, with students in scientific disciplines reporting higher self-efficacy than those in theoretical fields. Furthermore, academic level was a significant factor, with master's students exhibiting higher self-efficacy than undergraduate students.

Keywords: Self-Efficacy, University Students, University of Bisha.

المقدمة

تُعدّ الذات الإنسانية محورًا أساسيًا في البحوث النفسية والإرشادية، إذ تمثل كينونة الفرد بما تحويه من أفكار ومعتقدات ومشاعر وقيم، وتشكل الإطار المرجعي الذي يحدد تفاعله مع نفسه ومع بيئته. وقد أكد (زهران، 2005) أن علم النفس لا يمكن أن ينفصل عن دراسة الذات بوصفها مدخلًا لفهم الشخصية الإنسانية. وفي هذا السياق، ميّز روجرز بين الذات الحقيقية التي يعيشها الفرد، والذات المثالية التي يطمح أن يكون عليها، معتبرًا أن الفجوة بينهما سبب رئيسي للاضطرابات النفسية (بلان، 2015). كما وضع (ماسلو ،1954) مفهوم تحقيق الذات في قمة هرم الحاجات الإنسانية، مؤكدًا أن الوصول إليها يتطلب استثمار الإمكانيات الكامنة لدى الفرد بما يحقق له النمو والتكامل النفسي.

ولكي يحقق الإنسان ذاته، فإنه يحتاج إلى مستوى مرتفع من فاعلية الذات، وهي المعتقدات التي يحملها الفرد حول قدرته على مواجهة التحديات وتنظيم سلوكه وضبط انفعالاته والسعي المثابر نحو أهدافه. وقد أشار (باندورا ،1997) إلى أن إدراك الفرد لفاعليته الذاتية يؤثر في نوع الخطط التي يضعها، ومستوى إصراره ومثابرته، وكيفية تعامله مع المواقف الصعبة، حيث يتسم الأفراد ذوو الفاعلية المرتفعة بقدرة أكبر على التنظيم الذاتي وتحقيق النتائج الإيجابية.

تُعتبر فاعلية الذات أحد المرتكزات الرئيسة لعلم النفس الإيجابي، إذ تركز على تعزيز الجوانب الإيجابية لدى الفرد وبناء قوته الداخلية بدلًا من الاقتصار على معالجة جوانب القصور .(Tangeman, 2008) ومن هنا، فإن قياس فاعلية الذات يعد خطوة مهمة لفهم استعدادات الأفراد للتعلم، والإنجاز، والتكيف مع ضغوط الحياة، ولا سيما في المرحلة الجامعية التي تُعدّ من أهم مراحل النمو النفسي والاجتماعي.

وتزداد أهمية هذا الموضوع في السياق السعودي، حيث تجاوز عدد طلاب الجامعات (2.200.000) طالب وطالبة عام 2024م، ما يعكس الحاجة إلى الاهتمام بهذه الفئة ودراسة العوامل المؤثرة في فاعليتهم الذاتية، نظرًا لما تمثله من دور محوري في نهضة المجتمع وتقدمه. وقد بينت العديد من الدراسات قوة العلاقة بين فاعلية الذات والنجاح الأكاديمي والسلوك الجامعي، مثل دراسة (أبو ندى ،2022) التي أكدت العلاقة الموجبة بين فاعلية الذات والطموح الأكاديمي، ودراسة (الربيع والجراح ،2023) التي أظهرت أثرها في الاستحقاق الأكاديمي، ودراسة (عشماوي ،2023) التي أوضحت علاقتها العكسية بالتسويف الأكاديمي. كما أشار (اليازيدي وهندي ،2017) إلى أن ارتفاع فاعلية الذات يعزز العلاقات الاجتماعية الإيجابية والتكيف مع المواقف اليومية.

وفي ظل التغيرات المتسارعة في مختلف المجالات الاجتماعية والاقتصادية والثقافية، أصبحت الحاجة ملحّة لامتلاك الشباب الجامعي مستوى مرتفعًا من فاعلية الذات يضمن لهم القدرة على التوافق والتكيف مع تلك المتغيرات. ومن هذا المنطلق، جاءت هذه الدراسة للكشف عن مستوى فاعلية الذات لدى طلاب جامعة بيشة، والتعرف على الفروق بينهم وفقًا لبعض المتغيرات الديموغرافية مثل الجنس، التخصص، والمرحلة الدراسية، وذلك في محاولة لسد فجوة بحثية في هذا المجال.

مشكلة البحث

تعد فاعلية الذات من المفاهيم النفسية الأساسية التي تُشكل بنية الإدراك الذاتي للفرد، إذ تعكس اعتقاداته حول قدرته على تنظيم أفعاله وتنفيذها لتحقيق أهدافه المرجوة (Bandura,1997) وقد أصبح هذا المفهوم محورًا للعديد من الدراسات النفسية والتربوية؛ لما له من دور بالغ الأهمية في تعزيز الدافعية، وضبط الانفعالات، والمثابرة، والتكيف مع الضغوط الأكاديمية والنفسية.

كذلك فقد أشار (أبو حلاوة ويونس ،2024)، إلى أن الطلاب ذوي فاعلية الذات المرتفعة يظهرون قدرة أكبر على مواجهة التحديات الأكاديمية، ويتمتعون بمستويات أعلى من المثابرة والدافعية للإنجاز، ويطورون استراتيجيات فعالة للتعامل مع الضغوط النفسية والأكاديمية، بينما يميل الطلاب ذوو فاعلية الذات المنخفضة إلى تجنب المهام الصعبة، ويظهرون مستويات أقل من المثابرة، ويتأثرون سلبًا بالعقبات والإخفاقات.

وقد كشفت العديد من الدراسات عن الأثر العميق لفاعلية الذات في الأداء الأكاديمي والاجتماعي للطلبة، حيث توصلت دراسة (رضوان ،2021) إلى وجود علاقات ارتباطية موجبة بين فاعلية الذات والمرونة المعرفية ودافعية الإتقان لدى طلاب الدراسات العليا، كما أظهرت دراسة (حمزة ،2018) عن وجود علاقة دالة بين فاعلية الذات ومستوى الطموح لدى الطالبات، في حين أكدت دراسة (عشماوي ،2023) أن فاعلية الذات تُمكن من التنبؤ بالتسويف الأكاديمي، وأوضحت دراسة (جليل وهنداوي ،2023)، دور فاعلية الذات البحثية في التنبؤ بالحيوية الذاتية لدى طلاب الدراسات العليا، كما أظهرت نتائج دراسة (عشماوي ،2023)، عن إمكانية التنبؤ بالتسويف الأكاديمي من خلال فاعلية الذات.

وكذلك ومن خلال ملاحظات الباحث في عمله كمدرب ضمن فريق المركز الوطني السعودي لتعزيز الصحة النفسية، وتعامله المباشر مع كثير من فئة الشباب، فقد لاحظ وجود معظم مشكلات الشباب تتمثل في آلية تعاملهم مع التحديات والعقبات، وأن معظم هذه المشكلات لا تتمثل في حجم الصعوبات والتحديات التي

يمرون بها، بل في كيفية تصوراتهم لقدراتهم للتعامل مع هذه الصعوبات والتحديات. وعلى الرغم من أهمية فاعلية الذات في التأثير على الأداء الأكاديمي والنفسي والاجتماعي للطلاب، إلا أن هناك ندرَة في الدراسات التي تناولت فاعلية الذات لدى طلاب جامعة بيشة بشكل خاص، وعلاقتها بمتغيرات ديموغرافية مثل (الجنس، والتخصص، والمرحلة الدراسية) وذلك حسب ما اطلع عليه الباحث، وتأتي هذه الدراسة لسد هذه الفجوة البحثية للتعرف على مستوى فاعلية الذات لدى طلاب جامعة بيشة. واستنادًا إلى ما سبق، يمكن صياغة مشكلة البحث في الأسئلة التالية:

أسئلة البحث

1. ما مستوى فاعلية الذات لدى طلاب جامعة بيشة؟
2. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في فاعلية الذات لدى طلاب جامعة بيشة تبعًا لمتغير الجنس (ذكور – إناث)؟
3. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في فاعلية الذات لدى طلاب جامعة بيشة تبعًا لمتغير التخصص (عملي – نظري)؟
4. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في فاعلية الذات لدى طلاب جامعة بيشة تبعًا لمتغير المرحلة الجامعية (بكالوريوس – ماجستير)؟

أهداف البحث

1. التعرف على مستوى فاعلية الذات لدى طلاب جامعة بيشة؟
2. التعرف على الفروق ذات الدلالة الإحصائية في فاعلية الذات لدى طلاب جامعة بيشة تبعًا لمتغير الجنس.
3. التعرف على الفروق ذات الدلالة الإحصائية في فاعلية الذات لدى طلاب جامعة بيشة تبعًا لمتغير التخصص (عملي، نظري).
4. التعرف على الفروق ذات الدلالة الإحصائية في فاعلية الذات لدى طلاب جامعة بيشة تبعًا لمتغير المرحلة الجامعية (بكالوريوس، ماجستير)؟

أهمية البحث

تكمن أهمية البحث في النقاط الآتية:

1. أهمية متغير فاعلية الذات الذي ارتبط بكثير من المفاهيم الإيجابية كتقدير الذات، وتحقيق الذات وتوكيد الذات، وتنظيم الذات، وارتبط بالإنتاجية والتحصيل الأكاديمي والإبداعي والتوافق النفسي الاجتماعي وبالصحة النفسية بشكل عام، وجودة الحياة للأفراد بشكل عام وللطالب الجامعي بشكل خاص.
2. يستند مفهوم فاعلية الذات الى مفهوم علم النفس الإيجابي، وذلك بالتركيز على نقاط القوة بدلًا من التركيز على نقاط الضعف، فستعطينا الدراسة صورة واضحة لمستوى فاعلية الذات لدى طلاب جامعة بيشة كنقاط قوة لديهم.
3. بالنظر إلى الدور الحيوي الذي تلعبه فاعلية الذات في تشكيل السلوك البشري، فمن الأهمية بمكان دمج الاستراتيجيات التي تهدف إلى تعزيز اعتقادات الأشخاص في قدراتهم عند تصميم تدخلات ارشادية، ويمكن تحقيق ذلك عند الاستفادة من نتائج الدراسة في وضع برامج إرشادية في مستوياتها الثلاثة النمائية، والوقائية، والعلاجية، وذلك حسب نتائج الدراسة.
4. كما أن الدراسة تكتسب أهميتها من طبيعة المرحلة العمرية التي سوف نتناولها، وهي المرحلة الجامعية للبكالوريوس، والتي تعتبر في حد ذاتها مرحلة حرجة كونها مرحلة المراهقة المتأخرة من عمر (18-21) عامًا، وهي مرحلة ذات طبيعة خاصة، حيث تكثر بها الصراعات والتوترات النفسية التي تؤثر سلبًا على شخصية الفرد، وكذلك مرحلة الرشد لطلاب مرحلة الماجستير، لاسيما أن عدد الطلاب الملتحقين بالجامعات السعودية قد تجاوز مليونين ومئتي ألف طالب خلال عام 2024م، وذلك خلال آخر الاحصائيات. (موقع احصائيات)
5. توفير أداة قياس للفاعلية الذاتية أكثر شمولية وذات خصائص سيكو مترية عالية، تتناسب مع طلاب المجتمع السعودي بشكل عام، كونها ذات بيئة ثقافية وجغرافية مختلفة.

فروض البحث

1. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى فاعلية الذات لدى طلاب جامعة بيشة تعزى إلى الجنس (ذكور/إناث).

2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى فاعلية الذات لدى طلاب جامعة بيشة تعزى إلى التخصص الأكاديمي (علمي/أدبي).
3. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى فاعلية الذات لدى طلاب جامعة بيشة تعزى إلى المرحلة الدراسية (بكالوريوس/ماجستير).

حدود البحث

يتمثل هذا البحث بالحدود الآتية:

1. **الحدود الموضوعية:** يركز البحث على معرفة فاعلية الذات لدى طلاب جامعة بيشة والذي يتبع المنهج الوصفي المسحي.
2. **الحدود البشرية:** طلاب وطالبات جامعة بيشة في مرحلتي البكالوريوس والماجستير خلال الفصل الدراسي الثاني من العام الجامعي 1446هـ.
3. **الحدود المكانية:** جامعة بيشة بمحافظة بيشة.
4. **الحدود الزمانية:** تم تنفيذ البحث في الفصل الدراسي الثاني من العام الجامعي 1446هـ الموافق 2025م.

مصطلحات الدراسة

فاعلية الذات:Self-efficacy "لقد عرفها (ألبرت باندورا Bandura، 1997) بانها:

" اعتقادات الناس حول قدراتهم على إنتاج مستويات معينة من الأداء الذي يجعلهم يسيطرون على الأحداث المؤثرة في حياتهم".

ويعرفها الباحث إجرائيًا بأنها: " معتقدات الفرد بقدراته وإمكاناته، لتجاوز الصعوبات والتحديات والأحداث الضاغطة والطارئة، والسيطرة عليها والتأثير فيها مع شعوره بمسؤوليته الذاتية ومبادرته في بذل المجهود والمثابرة المستمرة؛ لتحقيق أهدافه مع ضبط انفعالاته، وتوقع نتائج إيجابية لذلك المجهود المبذول". وتقاس إجرائيًا بالدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة في المقياس المستخدم في هذا البحث.

الدراسات السابقة

1. استهدفت دراسة (اليازيدي وهندي2017) ، الكشف عن العلاقة بين فاعلية الذات والتوافق النفسي الاجتماعي لدى (100) طالب وطالبة من جامعة سعد دحلب البليدة. وقد استخدم الباحثان مقياس فاعلية الذات (الشرار). أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين فاعلية الذات والتوافق النفسي الاجتماعي بأبعاده المختلفة (الشخصي، الصحي، الأسري، والاجتماعي)، مما يؤكد أن ارتفاع مستوى فاعلية الذات يسهم في تحسين التوافق النفسي والاجتماعي للطلاب.
2. هدفت دراسة (الكفيري، 2018) إلى استقصاء أثر الفاعلية الذاتية على التحصيل الأكاديمي لدى (300) طالبة من جامعة حائل. أوضحت النتائج أن مستوى الفاعلية الذاتية والتحصيل الأكاديمي كان متوسطًا، مع وجود علاقة موجبة بينهما. كما تبين وجود فروق في الفاعلية الذاتية لصالح الطالبات الأكبر سنًا (25 سنة فأكثر)، وفروق في التحصيل الأكاديمي لصالح تخصص التربية.
3. بحثت دراسة (حمزة، 2018) العلاقة بين فاعلية الذات ومستوى الطموح لدى (68) طالبة من جامعة الجوف. كشفت النتائج عن ارتفاع مستوى كل من الفاعلية الذاتية والطموح، مع وجود علاقة ارتباطية موجبة بينهما، مما يشير إلى أن الطالبات ذوات الفاعلية الذاتية المرتفعة أكثر طموحًا. كما لم تظهر فروق دالة إحصائيًا تبعًا لمتغيري العمر أو التخصص.
4. هدفت دراسة (مصطفى، 2020) للتعرف على العلاقة بين فاعلية الذات ومهارات ما وراء الاستيعاب لدى (200) طالب وطالبة من جامعة القصيم. اعتمدت المنهج الوصفي الارتباطي، وأظهرت النتائج ارتفاع مستوى الفاعلية الذاتية ومهارات ما وراء الاستيعاب مع وجود علاقة ارتباطية موجبة بينهما، كما لم تسجل فروق دالة إحصائيًا تعزى لمتغير النوع أو التخصص أو المستوى الدراسي.
5. أجريت دراسة (رضوان، 2021) على (250) طالبًا وطالبة من الدراسات العليا بجامعة الأزهر، وهدفت إلى الكشف عن العلاقة بين المرونة المعرفية وفاعلية الذات البحثية ودافعية الإتقان. أوضحت النتائج وجود علاقات ارتباطية موجبة بين المتغيرات الثلاثة، كما بينت وجود فروق لصالح الذكور في فاعلية الذات البحثية، وفروق لصالح طلاب الكليات النظرية مقارنة بالعملية.
6. استهدفت دراسة (الزهراني والقضاة، 2021) التعرف على العلاقة بين فاعلية الذات الإبداعية والدافعية العقلية لدى (250) طالبًا وطالبة من جامعة الملك سعود. أظهرت النتائج وجود علاقة

ارتباطية موجبة بين المتغيرين، مع إمكانية التنبؤ بالدافعية العقلية من خلال أبعاد فاعلية الذات الإبداعية. كما لم تسجل فروق ذات دلالة إحصائية تعزى للجنس أو التخصص.

7. أجريت دراسة (السالم، 2022) على (508) طالبًا وطالبة من جامعة الكويت، وهدفت إلى التعرف على دور الفاعلية الذاتية والاجترار المعرفي في التنبؤ بأعراض الاكتئاب. بينت النتائج أن كلا المتغيرين يسهمان في التنبؤ بالاكتئاب، حيث تبين أن الاجترار المعرفي أكثر تأثيرًا لدى الإناث، بينما كانت الفاعلية الذاتية أكثر تأثيرًا لدى الذكور.

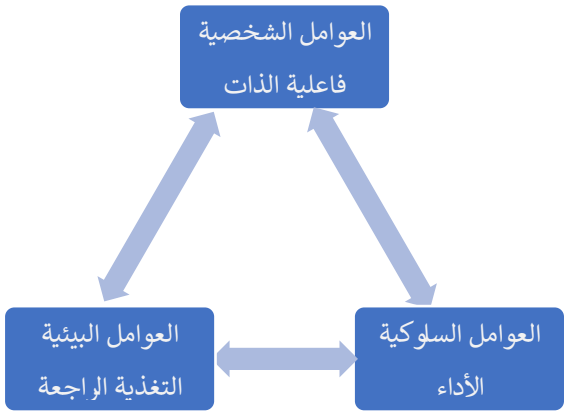
الإطار النظري

المبحث الأول: نشأة الفاعلية الذاتية

لقد أظهرت كثيرًا من الأبحاث والدراسات العلمية، بأن الفضل في ظهور مفهوم فاعلية الذات يعود إلى العالم (ألبرت باندورا Bandura,1977) الذي اشتق هذا المفهوم من نظريته "نظرية التعلم الاجتماعي"، والتي افترضت أن سلوك الفرد، والبيئة، والعوامل الاجتماعية تتداخل بدرجة كبيرة، فالسلوك الإنساني في ضوء هذه النظرية يتحدد تبادليًا بتفاعل ثلاث مؤثرات هي:

- العوامل الذاتية Personal Factors: وتتضمن أفكار ومعتقدات الفرد ومشاعره واتجاهاته، ومن أهمها فاعلية الذات.
- العوامل السلوكية Behavior Factors: وتتضمن الأفعال، والتصرفات، والاستجابات الصادرة عن الفرد في موقف ما، والتي يكون للعوامل الذاتية أو الشخصية تأثيرًا كبيرًا عليها.
- العوامل البيئيةEnvironmental Factors : وتتضمن الظروف المحيطة بالفرد سواء تربوية، أو اجتماعية، أو ثقافية، أو اقتصادية، والأدوار التي يقوم بها الآباء، والمعلمين، والأقران المحيطين بالفرد.

وأطلق على هذه المؤثرات نموذج الحتمية التبادلية، والتي تعني التفاعل الديناميكي المتبادل بين هذه العوامل حيث يؤثر بعضها على بعض، فعلى سبيل المثال؛ قد تؤثر العوامل الشخصية والذاتية مثل فاعلية الذات على سلوك الفرد وتصرفاته، وبالتالي تؤثر في بيئته مثل بيئة عمله وعلاقاته ومستوى إنجازه، وكذلك العكس متبادل في كل هذه المؤثرات الثلاثة في هذا النموذج، ويوضحها الشكل الآتي (1):



شكل رقم (1) نموذج الحتمية المتبادلة

وبناًء على هذا النموذج قام باندورا بتعديل عنوان نظرية التعلم الاجتماعي، وأطلق عليها النظرية المعرفية الاجتماعية، وبذلك أصبحت فعالية الذات أحد المكونات المهمة للنظرية المعرفية الاجتماعية، فهي أحد العوامل الشخصية التي تسهم إسهامًا كبيرًا في التنبؤ بالسلوك المستقبلي للفرد، حيث تتوسط التفاعل بين العوامل البيئية والعوامل السلوكية. لذلك يرى (باندورا ،1997) بأن المعتقدات الشخصية حول فاعلية الذات تعد المفتاح الرئيس للقوى المحركة لسلوك الفرد؛ لأن السلوك الإنساني يعتمد بشكل أساسي على ما يعتقده الفرد عن خلفيته، وتوقعاته وعن مهاراته السلوكية المطلوبة للتفاعل الناجح مع أحداث الحياة، وفاعلية الذات تعمل كمعينات ذاتية، أو كمعوقات ذاتية في مواجهة المشكلات، فالفرد الذي لديه إحساس قوي بفاعلية الذات يركز جل اهتمامه عند مواجهته لمشكلةٍ ما على تحليلها بغية الوصول لحلول مناسبة لها، أما إذا تولد لديه شك بفاعلية الذات، فسوف يتجه تفكيره نحو الداخل، بعيدًا عن مواجهة المشكلة، فيركز على جوانب الضعف، وعن قلة الكفاءة وتوقع الفشل. كما أكد على أن تقييمنا للفاعلية الذاتية يترك آثارًا قوية على مستوى الدافعية لدينا، فعندما نعتقد بالقدرة على أداء مهام معينة، فإننا نعمل فيها بكل نشاط، ونستمر بالمثابرة رغم العقبات والتحديات، وعندما نشكك في قدرتنا يكون عملنا أقل نشاطًا، وأقل كفاءة، وأكثر عرضة للاستسلام عند مواجهة تلك الصعاب والتحديات، كما بين أن الطلبة الذين لديهم مستوى مرتفع بالفاعلية الذاتية يحددون تطلعات عليا لأنفسهم، ولديهم مرونة في إيجاد إستراتيجية لحل مشكلاتهم بشكل أكثر دقة، بينما يستسلم الطلبة الذين يعانون من تدني فاعليتهم الذاتية بسهولة ويسر، ويميلون إلى اللامبالاة، وعدم الاهتمام بمهمتهم،، إضافة إلى شعورهم بالقلق والتوتر ، ويعزون فشلهم إلى

عوامل خارجية.

لذلك فإن فاعلية الذات تعتبر من المؤثرات الذاتية في حياة الفرد، وهي ليست كمعتقدات وتوقعات حبيسة في ذهن الفرد وبمعزل عن التأثير في حياته، بل هي من يولد الدوافع الداخلية لديه وتحركه لأداء سلوكيات نوعية تحسن من أدائه، وتدفعه إلى بذل المزيد من الجهد والمثابرة، لتجاوز عقباته وتحدياته للوصول لأهدافه التي يسعى إلى إنجازها والوصول إلى النتائج المرغوب فيها، وبالتالي إحداث التغيير في بيئته. (السيد، 2011)

ويتضح مما سبق أن فاعلية الذات تؤثر بشكلٍ مباشرٍ في أربع عمليات أساسية، وهي العمليات المعرفية في كيفية نظرتنا لأنفسنا و لقدرتنا للأحداث وللمواقف والتحديات، وإمكانيتنا على تجاوزها، وكذلك تؤثر في العمليات الوجدانية التي تتضمن انفعالاتنا ومشاعرنا تجاه قدراتنا والتي تنعكس على واقعنا وعلى حياتنا بشكلٍ عام ، وكذلك العمليات الدافعية التي تحركنا باتجاه الأداء والتفاعل في التأثير على المواقف والأحداث؛ سواء بالإيجاب أو بالسلب، حسب نوعية فاعلية الذات لدينا، وكذلك تؤثر كل هذه العمليات في عمليات اختيار نوعية السلوك ومبادرتنا فيه من عدمه، ومثابرتنا بأدائه رغم التحديات والصعوبات، ومقدار هذا السلوك بما يخدمنا في الإنجاز والتحقيق للوصول لأهدافنا المرجوة.

مفهوم فاعلية الذات:

تُعَد فاعلية الذات من المفاهيم النفسية الأساسية التي اهتم بها علم النفس المعاصر لما لها من دور محوري في تفسير السلوك الإنساني وتوجيهه. فهي تعكس معتقدات الفرد بشأن قدرته على تنظيم أفعاله وتنفيذها بما يحقق أهدافه، خاصة عند مواجهة التحديات والمواقف الصعبة. وكلما ارتفع إدراك الفرد لفاعليته الذاتية، زادت ثقته بنفسه، وتحسنت دافعيته ومثابرته، مما يسهم في تحقيق التوازن النفسي والإنجاز. وقد قدّم باندورا نظرية متكاملة لفاعلية الذات (1977–1997) بيّن فيها أنها قوة أساسية تفسر الدوافع وراء أداء الأفراد في مجالات مختلفة، حيث يؤثر إدراك الفاعلية الذاتية في خططهم واختياراتهم ومستوى صمودهم أمام الضغوط. وقد عرّفها بأنها اعتقادات الناس حول قدراتهم على إنتاج مستويات معينة من الأداء والسيطرة على الأحداث المؤثرة في حياتهم.(Bandura, 1997) ، كما أشار باحثون آخرون إلى تعريفات متعددة للفاعلية الذاتية؛) فتحي ,2001) رآها ثقة الفرد في قدراته لمواجهة المواقف الجديدة والصعبة، بينما أكد (الدردير ،2004) أنها آلية لدمج المهارات المعرفية والاجتماعية لتحقيق أداء ناجح، واعتبرها (الشناوي ،2006) إيمان الفرد بقدرته على التحكم في أفعاله ونتائجها. وأوضح (حجازي ،2012) أنها المحدد الأهم

للسلوكيات التي يختارها الفرد ومدى مثابرته في مواجهة التحديات، فيما وصفها (أبو حلاوة ويونس ،2024) بأنها معتقدات الفرد حول الأداء والإنجاز والمثابرة لتحقيق الأهداف.

ومن خلال هذه التعريفات يمكن استخلاص خصائص أساسية لفاعلية الذات:

- أنها تعكس ثقة الفرد في قدراته وإمكاناته.
- لا تُعد سمة ثابتة بل قدرة نسبية تتأثر بالموقف والظروف والخبرات السابقة.
- تسهم في ضبط الانفعالات والتكيف مع التحديات وتحقيق النجاح الشخصي والاجتماعي.
- تختلف باختلاف المجالات؛ فقد يكون الفرد عالي الفاعلية في نشاط ما ومنخفضًا في آخر.

وبناءً على ما سبق، يعرّف الباحث الفاعلية الذاتية إجرائيًا بأنها:

"معتقدات الفرد بقدراته وإمكاناته لتجاوز الصعوبات والتحديات، والسيطرة على المواقف الضاغطة والتأثير فيها، مع تحمّل المسؤولية والمبادرة وبذل الجهد والمثابرة المستمرة لتحقيق الأهداف، وضبط الانفعالات وتوقع نتائج إيجابية لذلك المجهود المبذول".

توقعات فاعلية الذات:

لقد أشار باندورا إلى أن هناك نوعين من التوقعات المرتبطة بفاعلية الذات فهناك:

1. توقعات فاعلية الذات نفسها أي توقعات بالقدرة على الأداء الجيد لسلوك محدد.
2. توقعات نتائج السلوك والتي يقصد بها توقع نتائج إيجابية لهذا السلوك الذي تم اداؤه. وهذا ما وضحه باندورا في الشكل التالي (2):

شكل (2) توقعات فاعلية الذات

أولًا: توقعات فاعلية الذات:

يرى الباحث أن مفهوم فاعلية الذات يتمحور حول اعتقاد الفرد بقدراته على أداء سلوكيات محددة بنجاح. فالاعتقاد بالقدرة يساوي توقع النجاح، وهو ما أكده باندورا وغيره من الباحثين. وبناءً على ذلك:

- لا يوجد فرق جوهري بين "توقعات القدرة" و"توقعات النتائج"، لأن النتائج الإيجابية ما هي إلا انعكاس طبيعي للإيمان بالقدرة.
- عندما يثق الفرد بقدراته، فإنه يبادر ببذل الجهد ويستمر في المثابرة رغم الصعوبات، مع التحكم في انفعالاته، مما يقوده في الغالب إلى نتائج إيجابية.
- أما إذا غابت توقعات النتائج الإيجابية، فإن الفرد سيميل إلى الانسحاب السريع، وضعف الجهد، والشعور بالضغط النفسي.

لذلك أدرج الباحث توقع النتائج الإيجابية كأحد أبعاد مقياس فاعلية الذات الذي صممه، تأكيدًا على أن فاعلية الذات مفهوم إيجابي لا ينفصل عن التوقعات الإيجابية.

ثانيًا: مصادر اكتساب فاعلية الذات:

حدد (باندورا ،1997، 1999) أربعة مصادر أساسية، وأضاف الباحث مصدرًا خامسًا:

1. **الإنجازات الأدائية:(Performance Accomplishments)**
   - النجاح في أداء مهام سابقة يعزز الاعتقاد بالقدرة على النجاح مستقبلًا.
   - الإخفاق المتكرر يقلل من فاعلية الذات.
   - لذلك الخبرات السابقة الناجحة تُعد أقوى مصدر للفاعلية الذاتية.
2. **الخبرات البديلة:(Vicarious Experiences)**
   - التعلم بالملاحظة للنماذج الاجتماعية الناجحة (الأقران أو الكبار).
   - رؤية الآخرين ينجحون في تجاوز الصعوبات يزيد من توقعات النجاح لدى الفرد.
   - بالمقابل، ملاحظة الفشل المستمر عند الآخرين قد تضعف فاعلية الذات.

3. الإقناع اللفظي:(Verbal Persuasion)

- كلمات التشجيع والتحفيز من الأسرة أو المعلمين أو الأصدقاء تؤثر في اعتقاد الفرد بقدراته.
- التغذية الراجعة الإيجابية ترفع الدافعية وتزيد من محاولات الإنجاز.
- بينما الإقناع بالعجز أو الفشل يؤدي إلى ضعف المثابرة وتدني الدافعية.

4. الاستثارة الانفعالية:(Emotional Arousal)

- الحالة الانفعالية للفرد أثناء مواجهة التحديات تؤثر في اعتقاده بالقدرة.
- القلق والتوتر الشديدان يضعفان الأداء ويقللان من فاعلية الذات.
- أما الهدوء والتحكم الانفعالي فيزيدان من الثقة والفاعلية.

5. التدريب والإرشاد النفسي:(Training and Counseling)

- يضيف الباحث أن البرامج التدريبية والإرشادية تُعد مصدرًا مهمًا لتعزيز فاعلية الذات، خاصة للأشخاص الذين لم يكتسبوها منذ الطفولة.
- فالتدريب يعوض النقص في الخبرات السابقة، ويعيد بناء الثقة والقدرة.

ثالثًا: أبعاد فاعلية الذات:

حدد باندورا ثلاثة أبعاد رئيسية:

1. **مقدار الفاعلية:(Magnitude)**

- يتعلق بدرجة صعوبة المهام التي يعتقد الفرد بقدرته على إنجازها.
- كلما زاد إتقان الفرد لمهام أصعب، ارتفع مقدار الفاعلية.

2. عمومية الفاعلية:(Generality)

- يقصد بها إمكانية تعميم الاعتقاد بالقدرة من موقف لمواقف أخرى مشابهة.
- فالفرد الواثق من نفسه في موقف أكاديمي قد ينقل هذه الثقة إلى مواقف اجتماعية أو مهنية.

3. قوة الفاعلية:(Strength)

- تشير إلى مدى ثبات وقوة الاعتقاد بالقدرة، خاصة في مواجهة المواقف الصعبة.
- الأفراد ذوو فاعلية قوية يثابرون أكثر في مواجهة العوائق.

اختلفت الدراسات حول أبعاد فاعلية الذات؛ فبعضها اعتبرها متغيرًا أحادي البعد (مثل الزيات، 2001)، بينما اعتبرتها دراسات أخرى متعددة الأبعاد (مثل الفاروق، 1986؛ صالح، 1994).

رابعًا: الأبعاد التي اعتمدها الباحث في الدراسة الحالية:

استنادًا إلى الدراسات السابقة، اعتمد الباحث ستة أبعاد لفاعلية الذات، وهي:

1. الشعور بالقدرة.
2. المسؤولية الذاتية.
3. المبادرة في بذل المجهود.
4. المثابرة.
5. الضبط الانفعالي.
6. توقع نتائج إيجابية.

خامسًا: أنواع فاعلية الذات:

1. فاعلية الذات العامة:

- إدراك الكفاءة بشكل عام في مواجهة تحديات الحياة المتنوعة.
- تعبر عن "البذرة الأساسية" لمفهوم فاعلية الذات.

2. فاعلية الذات الخاصة:

- ترتبط بمجال محدد مثل (الأكاديمية، البحثية، الاجتماعية، الإرشادية...).
- مثال: طالب قد يملك فاعلية ذات أكاديمية عالية لكنه منخفض في الفاعلية الاجتماعية.

ركّز الباحث في هذه الدراسة على **فاعلية الذات العامة**، لكونها أكثر شمولًا وأقرب لتحديات الطالب الجامعي المتعددة (الأكاديمية، الاجتماعية، الاقتصادية، الصحية).

سادسًا: مفاهيم قريبة من فاعلية الذات:

- **مفهوم الذات :(Self-Concept)** صورة الفرد الكلية عن نفسه.
- **تقدير الذات :(Self-Esteem)** تقييم الفرد لقيمة نفسه (إيجابي/سلبي).
- **تحقيق الذات :(Self-Actualization)** السعي للوصول إلى أقصى إمكانات الفرد.

الفرق الأساسي:

- مفهوم الذات أوسع وأشمل.
- تقدير الذات يتعلق بالقيمة العامة للذات.
- تحقيق الذات يمثل الغاية النهائية للنمو الإنساني.
- فاعلية الذات تركز على الاعتقاد بالقدرة على إنجاز مهام محددة والتأثير في نتائجها.

التعليق على الدراسات السابقة

1. من حيث المنهج:

- اعتمدت أغلب الدراسات السابقة على المنهج الوصفي الارتباطي مثل (رضوان، 2021؛ زايد، 2023؛ العتيبي، 2023)
- دراسات أخرى استخدمت المنهج الوصفي المسحي مثل (الكفيري، 2018؛ السليمان، 2022).

2. من حيث الأهداف:

- تنوعت بين قياس مستوى فاعلية الذات، ودراسة علاقتها بمتغيرات مثل الطموح، الدافعية، التوافق النفسي، والتحصيل الأكاديمي.
- ركزت أغلبها على فاعلية الذات الأكاديمية (الشمراني، 2023؛ زايد، 2023؛ السويهري، 2024)، أو البحثية (جليل وهنداوي، 2023).

- القليل منها تناول فاعلية الذات العامة (الكفيري، 2018؛ غودل والشريدة، 2021؛ العتيبي، 2023).
- الدراسة الحالية تميزت بتركيزها على فاعلية الذات العامة كمتغير شامل لدى طلاب جامعة بيشة، وربطها بمتغيرات ديموغرافية (الجنس، التخصص، المرحلة الدراسية).

3. من حيث مجتمع الدراسة والعينة:

الدراسات السابقة أجريت في بيئات مختلفة:

- جامعات سعودية (الجوف، حائل، الإمام محمد بن سعود، أم القرى).
- دول عربية أخرى مثل مصر، الأردن، الجزائر.
- العينات تنوعت بين طلاب الدبلوم، البكالوريوس، والدراسات العليا، وبين عينات ذكور فقط أو إناث فقط أو مختلطة.
- التخصصات تنوعت بين تخصص واحد (التربية أو الدبلوم) وتخصصات متعددة (العلمي والأدبي).
- الدراسة الحالية شملت طلاب جامعة بيشة (بكالوريوس وماجستير، ذكور وإناث، تخصصات متنوعة عملية ونظرية)، ما يمنحها شمولية واتساعًا لم يُتناول سابقًا.

4. من حيث الأدوات:

- بعض الدراسات استخدمت مقاييس جاهزة مثل مقياس العدل (بدوي، 2001).
- دراسات أخرى قامت ببناء أدوات جديدة أو تعديل أدوات سابقة لتناسب بيئة الدراسة (مثل عشماوي، 2023؛ رضوان، 2021).
- الدراسة الحالية صممت أداة جديدة تراعي البيئة الثقافية والاجتماعية السعودية، مع التحقق من خصائصها السيكومترية.

5. من حيث النتائج:

- بعض الدراسات أظهرت ارتفاع فاعلية الذات (حمزة، 2018؛ مصطفى، 2020؛ الجميلي وكاظم، 2023)

- دراسات أخرى أظهرت أن المستوى متوسط أو منخفض (الكفيري، 2018؛ السالم، 2020؛ الكفاوين، 2024؛ يعقوب وحليلم، 2024).
- النتائج حول الفروق الديموغرافية (الجنس، التخصص، المرحلة) كانت متباينة.

أوجه الاتفاق مع الدراسة الحالية:

- الاعتماد على المنهج الوصفي المسحي.
- الاهتمام بقياس فاعلية الذات لدى طلاب الجامعات.
- دراسة الفروق حسب الخصائص الديموغرافية.

عوامل الاختلاف وتميز الدراسة الحالية:

- تناولت فاعلية الذات العامة كمتغير شامل، بينما ركزت معظم الدراسات السابقة على جوانب جزئية (أكاديمية، بحثية، إبداعية).
- تطبيقها على جامعة بيشة كبيئة لم تُدرس بشكل كافٍ.
- الجمع بين متغيرات (الجنس، التخصص، المرحلة الدراسية) في آن واحد.
- تصميم أداة قياس جديدة ملائمة للثقافة السعودية.

استفاد الباحث من الدراسات السابقة في صياغة الإطار النظري، واختيار المنهجية، وتصميم الأداة، لكنه سعى لتقديم إضافة علمية جديدة عبر دراسة فاعلية الذات كمتغير عام وشمولي في بيئة جامعية سعودية جديدة، مما يسد فجوة واضحة في الأدبيات العربية.

إجراءات البحث

منهج البحث:

لتحقيق هدف الدراسة والإجابة على تساؤلاتها؛ اتبعت الدراسة المنهج الوصفي المسحي الذي يهدف إلى الوصول إلى بيانات يمكن تصنيفها وتفسيرها، وذلك للاستفادة منها في المستقبل في الأغراض العلمية، والمنهج الوصفي المسحي يفيد في رصد ظاهرة البحث، وتحديد الحقائق المتعلقة بمستوى فاعلية الذات لدى طلاب جامعة بيشة، ومن ثم جمع البيانات والمعلومات المتعلقة بها، وتحليلها، واستخلاص النتائج

وتقديم التوصيات. (العساف، 2006، ص.261).

مجتمع البحث:

في ضوء الهدف الرئيس للدراسة الميدانية، والمتمثل في التعرف على مستوى فاعلية الذات لدى طلاب جامعة بيشة، فإن مجتمع الدراسة يتمثل في طلاب جامعة بيشة، ولتحديد حجم مجتمع الدراسة تم مراجعة النشرة الإحصائية الصادرة عن الجامعة للعام الدراسي 1446 هـ، وتبين أن إجمالي حجم مجتمع الدراسة يبلغ (13299) طالبًا وطالبة.

عينه البحث:

تتكون عينة الدراسة الاستطلاعية من (75) طالبًا من طلاب جامعة بيشة المجتمع الأصلي للدراسة، وتم تطبيق أداة الدراسة عليهم بهدف التأكد من الخصائص السيكو مترية للأداة المستخدمة في الدراسة، ومدى صلاحيتها للتطبيق على عينة الدراسة. اما عينه البحث الأساسية: تم اختيار عينة ممثلة لمجتمع الدراسة باستخدام أسلوب العينة العشوائية المتاحة **available random sample**، وقد حصل الباحث على الموافقات اللازمة لعملية التطبيق الميداني على مجتمع الدراسة المستهدف، كما هو موضح بالملحق (1)، ومن ثم قام الباحث بنشر وتوزيع المقياس إلكترونيًا على مجتمع الدراسة المستهدف في شهر 10 من عام 1446 هـ، وحصل الباحث على (530) ردا مكتملًا من طلاب جامعة بيشة، وللتأكد من مدى مناسبة حجم العينة للبحث؛ استخدم الباحث معادلة **Thompson (2012)** الآتية:

$$n = \frac{NP(1-P)}{(N-1)\ (d^2/z^2) + P(1-P)}$$

حيث (**N**) حجم المجتمع، و (**z**) الدرجة المعيارية لمستوى المعنوية (0,05) ومستوى الثقة (,95) وتساوى (١،٩٦)، و (**d**) نسبة الخطأ وتساوي (٠,٠٥)، و (**P**) القيمة الاحتمالية وتساوى (٠,٥٠)

وبتطبيق المعادلة السابقة على مجتمع البحث يكون إجمالي حجم العينة الملائم (373,33) بالتقريب (373) فردًا، لذا يكون حجم عينة البحث الحالي مناسباً(ن=530). ويوضح الجدول التالي توزيع أفراد عينة البحث وفقًا للجنس(ذكور-إناث)، والتخصص العلمي(عملي-نظري)، والمرحلة التعليمية (بكالوريوس-ماجستير)، حيث يُقصد بالكليات العملية هي الكليات التي تحتوي على أقسام يغلب على دراستها الجانب

العملي، مثل الطب والصيدلة والتمريض والحاسب الآلي، ويُقصد بالكليات النظرية هي الكليات التي تحتوي أقسام يغلب على دراستها الجانب النظري مثل كلية التربية والآداب والإدارة.

جدول (1) توزيع أفراد عينة البحث وفقًا لمتغير الجنس والتخصص والمرحلة التعليمية

المتغيرات الديموغرافية		العدد	النسبة المئوية
الجنس	الذكور	250	47.17%
	الإناث	280	52.83%
	المجموع	530	100%
التخصص	عملي	228	43%
	نظري	302	57%
	المجموع	530	100%
المرحلة التعليمية	بكالوريوس	469	88,5%
	ماجستير	61	11,5%
	المجموع	530	100%

مقياس فاعلية الذات لدى طلاب الجامعة:

الهدف: يهدف المقياس إلى قياس مستوى فاعلية الذات لدى طلاب الجامعة.

خطوات بناء المقياس:

1. الاطلاع على الدراسات السابقة :مثل دراسات (اليازيدي وهندي، 2017؛ الكفيري، 2018؛ حمزة، 2018؛ الشمراني، 2023؛ محسن، 2025).
2. مراجعة مقاييس سابقة :مثل (البدري، 2008؛ عبد المقصود وشند، 2010؛ الزناتي، 2011؛ يونس، 2018).
3. تحديد التعريف الإجرائي لفاعلية الذات :وهو اعتقاد الفرد بقدراته وإمكاناته لتجاوز الصعوبات والتحديات، مع تحمل المسؤولية، وبذل الجهد والمثابرة، وضبط الانفعالات، وتوقع نتائج إيجابية.
4. تحديد الأبعاد الأولية للمقياس:
   - الشعور بالقدرة.
   - المسؤولية الذاتية.
   - المبادرة في بذل المجهود.
   - المثابرة.

- الضبط الانفعالي.
- توقع نتائج إيجابية.

5. صياغة العبارات :إعداد مجموعة من البنود لكل بُعد.
6. التحكيم العلمي :عرض المقياس على (9) محكمين من المتخصصين في علم النفس، للتأكد من صلاحية المقياس ودقة صياغته.
7. التجريب الاستطلاعي :تطبيق المقياس على عينة استطلاعية من المجتمع الأصلي للتحقق من الخصائص السيكومترية.

الصدق:

- صدق المحكمين :أظهرت نتائج التحكيم نسب اتفاق تراوحت بين.(100% – 88.9%)
- حذف وتعديل البنود :تم حذف (11) عبارة لتكرار مضمونها أو ضعف الاتفاق عليها، ليصبح العدد النهائي لبنود المقياس 49عبارة.
- تم تعديل صياغة بعض العبارات بناءً على ملاحظات المحكمين لضمان وضوحها ودقتها.

جدول (2) بعض عبارات مقياس فاعلية الذات لدى طلاب الجامعة قبل التعديل وبعده

1	لا أحب المهام الصعبة خوفًا من الفشل	أتجنب المهام الصعبة خوفًا من الفشل
2	لدي مهارات التعامل مع الضغوط الحياتية	امتلك مهارات للتعامل مع الضغوط الحياتية
3	ألوم الآخرين في فشلي	ألقى باللوم على الآخرين في فشلي
4	لا أسلم المهام المطلوبة مني في وقتها	أتأخر في تسليم المهام المطلوبة مني

الاتساق الداخلي:

تم التحقق من الاتساق الداخلي من خلال حساب معامل الارتباط بين درجة العبارة ودرجة البُعد الذي تنتمي إليه، وذلك بعد تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية والتي بلغ عدد أفرادها (75) طالبًا من طلاب جامعة بيشة المجتمع الأصلي لعينة الدراسة، والجدول التالي يوضح ذلك.

International Journal of Educational Sciences and Arts (IJESA)
Vol. (4), No. (10)
IJESA
October 2025
المجلة الدولية للعلوم التربوية والآداب
الإصدار (4)، العدد (10)

جدول (3) معاملات الارتباط بين درجة العبارة ودرجة البُعد الذي تنتمي إليه (ن=75)

الشعور بالقدرة		المسؤولية الذاتية		المبادرة في بذل المجهود		المثابرة		ضبط الانفعالات		توقع نتائج إيجابية	
رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
1	0.665**	11	0.616**	19	0.609**	27	0.513**	34	0.605**	42	0.702**
2	0.712**	12	0.577**	20	0.713**	28	0.608**	35	0.621**	43	0.756**
3	0.801**	13	0.800**	21	0.707**	29	0.571**	36	0.628**	44	0.829**
4	0.687**	14	0.768**	22	0.608**	30	0.715**	37	0.515**	45	0.793**
5	0.745**	15	0.743**	23	0.693**	31	0.662**	38	0.591**	46	0.657**
6	0.659**	16	0.784**	24	0.625**	32	0.579**	39	0.732**	47	0.815**
7	0.734**	17	0.651**	25	0.734**	33	0.737**	40	0.680**	48	0.790**
8	0.554**	18	0.675**	26	0.731**			41	0.699**	49	0.679**
9	0.599**										
10	0.608**										

** دال عند مستوى 0.01

يتضح من الجدول (3) أن معاملات الارتباط بين درجة العبارة ودرجة البُعد الذي تنتمي دالة إحصائيًا عند مستوى 0.01؛ مما يشير إلى الاتساق الداخلي للمقياس، وهذا يُعد مؤشرًا على صدق المقياس.

كما تم حساب معامل الارتباط بين درجة البُعد والدرجة الكلية للمقياس، والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (4) معاملات الارتباط بين درجة البُعد والدرجة الكلية لمقياس فاعلية الذات

البُعد	الشعور بالقدرة	المسؤولية الذاتية	المبادرة في بذل المجهود	المثابرة	ضبط الانفعالات	توقع نتائج إيجابية
الشعور بالقدرة	-					
المسؤولية الذاتية	0.544**	–				
المبادرة في بذل المجهود	0.657**	0.612**	—			
المثابرة	0.712**	0.727**	0.625**	—		
ضبط الانفعالات	0.555**	0.619**	0.570**	0.635**	—	
توقع نتائج إيجابية	0.519**	0.705**	0.727**	0.560**	0.600**	—
الدرجة الكلية	0.711**	0.595**	0.612**	0.733**	0.721**	0.690**

حيث يتضح من الجدول السابق أن معاملات الارتباط بين درجة البُعد والدرجة الكلية للمقياس، وكذلك

معاملات الارتباط بين درجة الأبعاد وبعضها البعض دالة إحصائيًا عند مستوى 0.01؛ مما يشير إلى الاتساق الداخلي للمقياس، وهذا يُعد مؤشرًا على صدق المقياس.

الثبات Reliability:

تم حساب الثبات بطريقة ألفا كرونباخ Cronbach's alpha، حيث يُعتبر معامل ألفا كرونباخ أنسب الطرق لحساب ثبات الاستبيانات/ مقاييس الاتجاه (أبوعلام، 2011). ويوضح الجدول () معاملات الثبات للاستبانة.

جدول (5) معاملات الثبات لأبعاد مقياس فاعلية الذات والدرجة الكلية باستخدام معامل ألفا كرونباخ

م	البُعد	عدد العبارات	معامل ألفا كرونباخ للثبات
1	الشعور بالقدرة	10	**0.879**
2	المسؤولية الذاتية	8	**0.812**
3	المبادرة في بذل المجهود	8	**0.834**
4	المثابرة	7	**0.768**
5	ضبط الانفعالات	8	**0.829**
6	توقع نتائج إيجابية	8	**0.816**
	الدرجة الكلية	49	**0.938**

يتضح من الجدول (5) أن قيمة معامل ألفا كرونباخ لثبات أبعاد المقياس والدرجة الكلية بلغت على الترتيب (0.879 – 0.812 – 0.834 – 0.768 – 0.829 – 0.816 – 0.938)، وهي معاملات مرتفعة؛ مما يشير إلى ثبات المقياس، وإمكانية الوثوق في النتائج التي يمكن التوصل إليها من خلال تطبيق المقياس على عينة الدراسة.

وصف المقياس في صورته النهائية:

يتكون المقياس في صورته النهائية من (49) عبارة موزعة على ستة أبعاد أمام كل عبارة خمس استجابات (موافق بشدة – موافق – محايد – غير موافق – غير موافق بشدة) تأخذ الدرجات (5 – 4 – 3 – 2 – 1)، وتتراوح درجات المقياس ما بين (49 – 245)، والجدول التالي يوضح توزيع العبارات على أبعاد المقياس.

جدول (6) توزيع العبارات على أبعاد مقياس فاعلية الذات

م	البُعد	عدد العبارات	ارقام العبارات
1	الشعور بالقدرة	10	1-7-13-19-25-31-37-43-46-49
2	المسؤولية الذاتية	8	2-8-14-20-26-32-38-44
3	المبادرة في بذل المجهود	8	3-9-15-21-27-33-39-45
4	المثابرة	7	4-10-16-22-28-34-40
5	ضبط الانفعالات	8	5-11-17-23-29-35-41-47
6	توقع نتائج إيجابية	8	6-12-18-24-30-36-42-48
	المجموع	49	

الأساليب الإحصائية

تم تحليل البيانات الخاصة بالبحث باستخدام الإصدار السابع والعشرين لعام 2020م من البرنامج الإحصائي IBM SPSS Statistics., وتم الاعتماد على بعض الأساليب الإحصائية الوصفية والاستدلالية لتحليل استجابات عينة البحث، والتي تضمنت ما يلي:

1- اختبار "ت" لمجموعة واحدة One Sample t test لمعرفة الفرق بين المتوسطين الفرضي والفعلي لعينة البحث على مقياس فاعلية الذات.

2- اختبار "ت" لمجموعتين مستقلتين Independent sample t-test: للتعرف على دلالة الفروق في استجابات عينة الدراسة بحسب متغير الجنس، ونوع الكلية (عملية – نظرية).

3- اختبار مان – ويتني Mann-whiteny لمعرفة الفروق في فاعلية الذات في ضوء متغير المرحلة الدراسية (دراسات عليا – بكالوريوس).

4- معامل الفا كرو نباخ لحساب الثبات.

5- معامل ارتباط بيرسون لحساب الاتساق الداخلي.

6- التكرارات والنسب المئوية لوصف العينة.

International Journal of Educational Sciences and Arts (IJESA)
Vol. (4), No. (10)
IJESA
October 2025
المجلة الدولية للعلوم التربوية والآداب
الإصدار (4)، العدد (10)

نتائج الدراسة الميدانية

إجابة السؤال الأول ومناقشته:

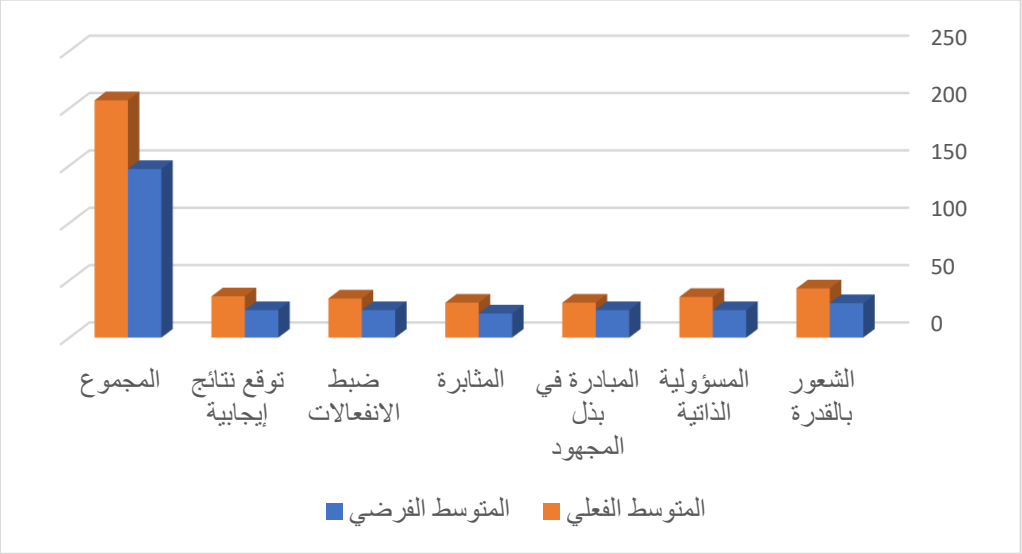
ما مستوى فاعلية الذات وأبعادها المدروسة لدى عينة الدراسة من طلاب جامعة بيشة؟

للإجابة على هذا السؤال تم استخدام اختبار "ت" لمجموعة واحدة لمعرفة الفرق بين المتوسط الفرضي والفعلي لعينة الدراسة على مقياس فاعلية الذات، والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (7): قيمة "ت" لمعرفة الفرق بين المتوسطين الفرضي والفعلي للعينة على مقياس فاعلية الذات (ن = 530)

البُعد	عدد العبارات	المتوسط الفرضي	المتوسط الفعلي	الانحراف المعياري	الفرق بين المتوسطين	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
الشعور بالقدرة	10	30	42.915	3.521	12.915	84.438	0.01
المسؤولية الذاتية	8	24	35.417	1.923	11.417	136.659	0.01
المبادرة في بذل المجهود	8	24	30.494	1.985	6.494	75.318	0.01
المثابرة	7	21	30.494	1.985	9.494	110.111	0.01
ضبط الانفعالات	8	24	34.076	2.943	10.076	78.806	0.01
توقع نتائج إيجابية	8	24	36.021	2.442	12.021	113.322	0.01
المجموع	49	147	206.883	14.572	59.883	94.605	0.01

يتضح من الجدول(7) أن قيمة "ت" لمعرفة الفروق بين المتوسطين الفرضي والفعلي لعينة الدراسة على مقياس فاعلية الذات وأبعاده المدروسة بلغت على الترتيب (84.438 – 136.659 – 75.318 – 110.111 – 78.806 – 113.322 – 94.605)، وهي قيم دالة إحصائيًا عند مستوى 0.01؛ مما يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطين الفرضي والفعلي لعينة الدراسة على مقياس فاعلية الذات، وتعزى هذه الفروق لصالح المتوسط الفعلي؛ حيث كانت قيمته أعلى من المتوسط الفرضي، وهذا يُعد مؤشرًا على ارتفاع مستوى فاعلية الذات لدى عينة الدراسة من طلبة الجامعة، ويوضح الشكل التالي المتوسطين الفرضي والفعلي لعينة الدراسة على مقياس فاعلية الذات.



شكل (4) المتوسطان الفرضي والفعلي لعينة الدراسة على مقياس فاعلية الذات

يتضح من الشكل السابق ارتفاع المتوسط الفعلي على المتوسط الفرضي لعينة الدراسة على مقياس فاعلية الذات، وهذا معناه ارتفاع مستوى فاعلية الذات لدى عينة الدراسة من طلاب جامعة بيشة.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة) حمزة ،2018)، ودراسة (مصطفى ،2020)، ودراسة (الجميلي وكاظم ،2023)، ودراسة (الربيع والجراح ،2023)، ودراسة (محسن ،2025)، حيث أشارت نتائجها إلى ارتفاع مستوى فاعلية الذات لدى طلاب الجامعة. وقد اختلفت هذه النتيجة مع ما توصلت اليه دراسة (الكفيري ،2018)، ودراسة (الكفاوين ،2024)، ودراسة (السليمان ،2022)، حيث أشارت نتائجها إلى مستوى متوسط في فاعلية الذات لدى طلاب الجامعة.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء ما يلي:

- قد يكون ارتفاع مستوى فاعلية الذات إلى أن الطلاب يمتلكون خبرات ناجحة سابقة، ويتلقون تعزيزًا اجتماعيًا يدعم ثقتهم بأنفسهم، وقد يعود سبب ذلك لطبيعة المنطقة التي ينتمي إليها الطلاب بمحافظة بيشة التي اعتادوا فيها على المشاركة بالمناسبات الاجتماعية، وكذلك الاعتماد عليهم منذ عمر مبكر، وهذا يتفق مع ما أشار إليه(Bandura,1997) من أن الخبرات الناجحة تعد من أهم مصادر اكتساب فاعلية الذات.

- كذلك قد يكون بسبب محاولة نمذجة كبار السن في التمسك بالعادات الاجتماعية وتعرضهم لنماذج إيجابية (مثلًا الوالدين أو أعضاء هيئة التدريس أو الزملاء المتفوقين)، حتى يصبحوا قادرين على إدارة انفعالاتهم وتحدياتهم الأكاديمية بكفاءة.
- اهتمام الدولة بأبنائها في مختلف المراحل التعليمية والمرحلة الجامعية بشكل خاص، تحقيقًا لرؤية المملكة 2030 في الاهتمام بفئة الشباب، فهم قادة المستقبل وتعول عليهم كثيرًا، الأمر الذي يساعد في ارتفاع مستوى فاعلية الذات لدى طلاب الجامعة، لاسيما إذا ما لاحظنا فرق بمستوى فاعلية الذات لدى طلاب جامعة حائل في دراسة (الكفيري ،2018) التي كانت متوسطة.
- وجود بيئات تعليمية تفاعلية تسمح للطلاب بالمناقشة وحرية إبداء الرأي، وتشجيع الطلاب على المشاركة في الأنشطة والفعاليات الجامعية، الأمر الذي يساهم في تنمية فاعلية الذات لديهم.
- قيام الجامعة على توفير مجموعة من الدورات التدريبية والإرشادية التي تعمل على تنمية مهارات الطلاب المختلفة والتي تنعكس بالإيجاب على تنمية فاعلية الذات لديهم.

إجابة السؤال الثاني ومناقشته:

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في فاعلية الذات ترجع لمتغير الجنس (ذكور-إناث)؟"

لإجابة على هذا السؤال استُخدم اختبار "ت" لمجموعتين مستقلتين. وأظهرت النتائج أن قيم "ت" لجميع أبعاد فاعلية الذات دالة إحصائيًا عند مستوى (0.01)، مما يدل على وجود فروق لصالح الإناث، حيث كان متوسطهن أعلى من متوسط الذكور.

هذه النتيجة تشير إلى أن الطالبات يتمتعن بفاعلية ذات أعلى من الطلاب، وهو ما يتفق مع دراسة (زايد ،2023)، بينما يختلف مع نتائج دراسات مثل (مصطفى ،2020) والسليمان (2022) التي لم تجد فروقًا بين الجنسين. والجدول التالي يوضح ذلك.

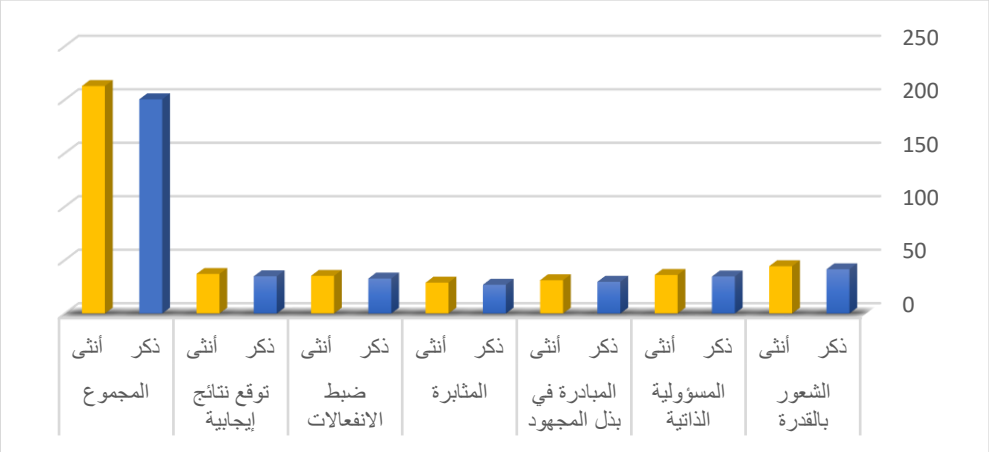
جدول (8) قيمة "ت" لمعرفة الفروق بين متوسطي درجات الذكور والإناث في فاعلية الذات

البُعد	المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
الشعور بالقدرة	ذكر	250	41.408	3.936	10.172	0.01
	أنثى	280	44.261	2.414		
المسؤولية الذاتية	ذكر	250	34.684	1.502	8.879	0.01
	أنثى	280	36.071	2.022		
المبادرة في بذل المجهود	ذكر	250	29.724	1.494	9.067	0.01
	أنثى	280	31.182	2.115		
المثابرة	ذكر	250	26.896	1.671	10.869	0.01
	أنثى	280	28.911	2.469		
ضبط الانفعالات	ذكر	250	32.736	2.250	10.957	0.01
	أنثى	280	35.271	2.977		
توقع نتائج إيجابية	ذكر	250	34.844	1.782	11.765	0.01
	أنثى	280	37.071	2.475		
المجموع	ذكر	250	200.292	11.871	10.875	0.01
	أنثى	280	212.768	14.254		

- وفقًا لنظرية باندورا (1997)، فإن مصادر الفاعلية الذاتية (الخبرة المباشرة، النمذجة، الإقناع اللفظي، الحالة الانفعالية) قد تكون أكثر توافراً وتأثيرًا لدى الإناث في ظل برامج تمكين المرأة ودعمها.
- الإناث أكثر تقبلًا للتأثير اللفظي والبرامج التدريبية والاستشارات النفسية، ما يعزز شعورهن بالقدرة والثقة بالنفس.
- الفتيات السعوديات أكثر حرصًا على إثبات الذات وتحقيق الطموحات التعليمية والمهنية بدعم من الأسرة والمجتمع، بما يتوافق مع أهداف رؤية 2030.
- دراسات سابقة (Duckworth & Seligman, 2006) أظهرت أن الإناث أكثر انضباطًا ذاتيًا وتنظيمًا للوقت، مما يعزز فاعليتهن الذاتية وأدائهن الأكاديمي.

وبذلك يمكن القول إن ارتفاع فاعلية الذات لدى الإناث يعكس تفاعل العوامل النفسية والاجتماعية والتعليمية التي توفر لهن بيئة محفزة للنمو والتطور كما هو موضح بالشكل رقم (5)

International Journal of Educational Sciences and Arts (IJESA)
Vol. (4), No. (10)
IJESA
October 2025
المجلة الدولية للعلوم التربوية والآداب
الإصدار (4)، العدد (10)



شكل (5) المتوسطات الحسابية لمجموعتي الذكور والإناث على مقياس فاعلية الذات

إجابة السؤال الثالث ومناقشته:

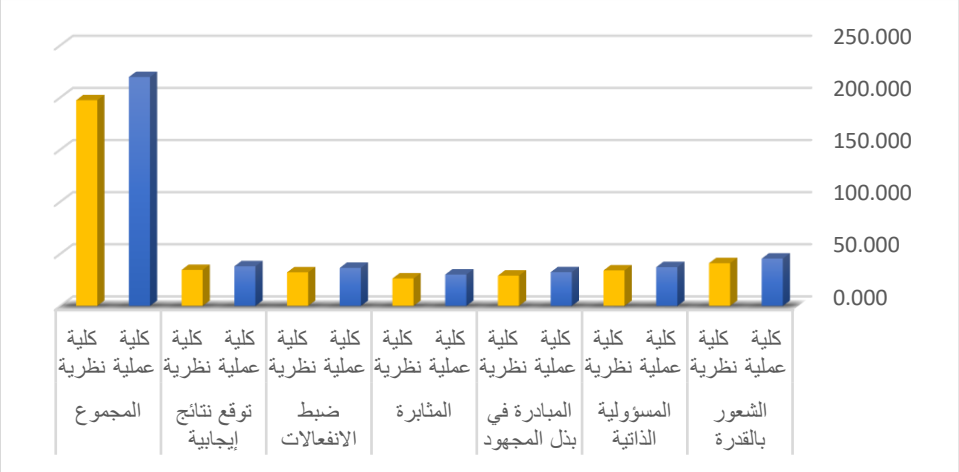
هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في فاعلية الذات ترجع لمتغير التخصص (عملي، نظري)؟"

للإجابة على هذا السؤال تم استخدام اختبار "ت" لمجموعتين مستقلتين لمعرفة الفروق بين متوسطي درجات الكليات العملية والنظرية على مقياس فاعلية الذات، والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (9) قيمة "ت" لمعرفة الفروق بين متوسطي درجات الكليات العلمية والنظرية في فاعلية الذات

البُعد	المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
الشعور بالقدرة	كلية عملية	228	45.404	1.845	17.903	0.01
	كلية نظرية	302	41.036	3.315		
المسؤولية الذاتية	كلية عملية	228	37.224	1.356	32.554	0.01
	كلية نظرية	302	34.053	0.880		
المبادرة في بذل المجهود	كلية عملية	228	32.338	1.471	31.472	0.01
	كلية نظرية	302	29.103	0.881		
المثابرة	كلية عملية	228	30.075	1.907	28.735	0.01
	كلية نظرية	302	26.364	1.028		
ضبط الانفعالات	كلية عملية	228	36.531	2.563	24.221	0.01
	كلية نظرية	302	32.222	1.503		
توقع نتائج إيجابية	كلية عملية	228	37.991	2.171	22.635	0.01
	كلية نظرية	302	34.533	1.328		
المجموع	كلية عملية	228	219.561	11.023	26.595	0.01
	كلية نظرية	302	197.311	8.240		

يتضح من الجدول السابق أن قيمة "ت" لمعرفة الفروق بين متوسطي درجات الكليات العلمية والكليات النظرية في فاعلية الذات وأبعادها المدروسة، بلغت على الترتيب (17.903 – 32.554 - 31.472 - 28.735 - 24.221 - 22.635 - 26.595)، وهي قيم دالة إحصائيًا عند مستوى 0.01؛ مما يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في فاعلية الذات ترجع إلى متغير طبيعة الكلية (عملية – نظرية)، وتُعزى هذه الفروق لصالح المجموعة الأعلى متوسط حسابي وهي مجموعة الكليات العملية، حيث كان متوسط مجموعة الكليات العملية أعلى من المتوسط الحسابي لمجموعة الكليات النظرية، مما يشير إلى تفوق طلاب الكليات العملية على الكليات النظرية في فاعلية الذات، ويوضح الشكل التالي المتوسطات الحسابية لكل من مجموعتي الكليات العملية والكليات النظرية على مقياس فاعلية الذات.



شكل (6) المتوسطات الحسابية لمجموعتي الكليات العملية والكليات النظرية على مقياس فاعلية الذات

يتضح من الشكل السابق ارتفاع متوسط مجموعة الكليات العملية على مقياس فاعلية الذات على المتوسط الحسابي لمجموعة الكليات النظرية، وهذا يُعد مؤشرًا على أن طلاب الكليات العملية أعلى في فاعلية الذات من الكليات النظرية. وقد اتفقت هذه النتيجة مع دراسة (الجميلي وكاظم ،2023)، التي أسفرت نتائجها عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير التخصص في مستوى فاعلية الذات لصالح الكليات العملية. وتختلف نتيجة هذه الدراسة مع نتيجة دراسة (الكفيري ،2018)، ودراسة (رضوان ،2021)، التي أسفرت نتائجها عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى فاعلية الذات تعزى لمتغير التخصص لصالح الكليات النظرية، كما اختلفت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة (حمزة ،2018)، (ومصطفى ،2020)، ودراسة (الزهراني والقضاة ،2021)، ودراسة (عشماوي ،2023)، التي أسفرت نتائجها عن عدم وجود فروق ذات دلالة

إحصائية تعزى لمتغير التخصص في مستوى فاعلية الذات.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء ما يلي:

- ترتفع فاعلية الذات لدى طلاب الكليات العملية مقارنًة بالكليات النظرية لعدة أسباب نفسية وتربوية يمكن تفسيرها في ضوء نظريات التعلم والتحفيز الذاتي، وأهم هذه الأسباب:
- الطبيعة التطبيقية للتعلم في الكليات العملية (مثل الطب، والهندسة، والعلوم) تعتمد بدرجة كبيرة على التعلم النشط والتجريب العملي، وهو ما يعزز الشعور بالفاعلية، إذ يرى الطالب نتائج تعلمه بصورة مباشرة، مما يزيد من شعوره بالقدرة على الإنجاز.
- ووفقا لما أشار إليه Bandura, (1997) أن أحد المصادر الأساسية لتكوين فاعلية الذات هو الخبرات المباشرة للنجاح، والتي قد تتوفر أكثر في البيئات التطبيقية.
- التغذية الراجعة الفورية: ففي الكليات العملية، يحصل الطلاب غالبًا على تغذية راجعة مباشرة أثناء التدريب أو الجانب العملي؛ مما يتيح لهم تصحيح الأخطاء وتعزيز الشعور بالفاعلية الذاتية، بخلاف التعليم النظري الذي قد تكون فيه التغذية الراجعة متأخرة أو غير مباشرة.
- الارتباط الواضح بسوق العمل، فالكليات العملية غالبًا ما تُعدّ الطالب بشكل مباشر لمهنة محددة، ما يمنح الدارسين تصورًا واضحًا لهدفهم المستقبلي، ويعزز الدافعية الذاتية لديهم، هذا التوجه الوظيفي يزيد من شعورهم بالتحكم في مستقبلهم، وهذا يُعد مؤشرًا على الفاعلية الذاتية.
- كما أن القبول بالكليات العملية يتطلب معدلات أعلى من الكليات النظرية، ما يعني أن طلابها يتمتعون بمستوى أعلى من الإنجاز الأكاديمي منذ البداية، وقد يكون لديهم تصورات ذاتية إيجابية عن قدراتهم، وهذا ما ينعكس على فاعلية الذات لديهم.

إجابة السؤال الرابع ومناقشته:

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في فاعلية الذات ترجع لمتغير المرحلة الجامعية؟

للإجابة على هذا السؤال تم استخدام اختبار مان – ويتني لمعرفة الفروق في فاعلية الذات في ضوء متغير المرحلة الجامعية (بكالوريوس – دراسات عليا)، وهو الاختبار اللابارامتري المناظر لاختبار "ت" لمجموعتين مستقلتين نظرًا لعدم تقارب حجم المجموعتين، والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (10) نتائج اختبار مان – ويتني لمعرفة الفروق في فاعلية الذات في ضوء متغير المرحلة الجامعية

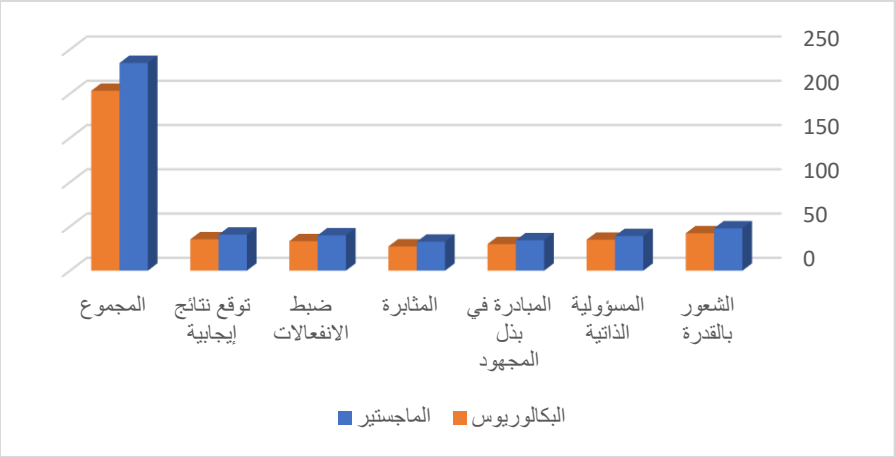
البُعد	المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة "U"	قيمة "Z"	مستوى الدلالة
الشعور بالقدرة	ماجستير	61	497.86	30369.50	130.500	12.834	0.01
	بكالوريوس	469	235.28	110345.50			
المسؤولية الذاتية	ماجستير	61	497.77	30364.00	136.000	12.852	0.01
	بكالوريوس	469	235.29	110351.00			
المبادرة في بذل المجهود	ماجستير	61	498.02	30379.00	121.000	12.855	0.01
	بكالوريوس	469	235.26	110336.00			
المثابرة	ماجستير	61	497.20	30329.00	171.000	12.705	0.01
	بكالوريوس	469	235.36	110386.00			
ضبط الانفعالات	ماجستير	61	497.13	30325.00	175.000	13.009	0.01
	بكالوريوس	469	235.37	110390.00			
توقع نتائج إيجابية	ماجستير	61	497.63	30355.50	144.500	12.833	0.01
	بكالوريوس	469	235.31	110359.50			
المجموع	ماجستير	61	499.63	30477.50	22.500	12.711	0.01
	بكالوريوس	469	235.05	110237.50			

يتضح من الجدول السابق أن قيمة "U" لمعرفة الفروق في فاعلية الذات في ضوء متغير المرحلة الدراسية (ماجستير – بكالوريوس) بلغت على الترتيب (130.5 – 136 – 121 – 171 – 144.5 – 22.5)، كما بلغت قيم "Z" المناظرة لها (12.834 – 12.852 – 12.705 – 13.009 – 12.833 – 12.711)، وهي قيم دالة إحصائيًا عند مستوى 0.01؛ مما يشير إلى وجود فروق في فاعلية الذات يرجع إلى متغير المرحلة الدراسية، وتُعزى هذه الفروق لصالح المجموعة الأعلى في متوسط الرتب، وهي مجموعة طلاب الماجستير ؛ حيث كان المتوسط الحسابي لها أعلى من مجموعة طلاب البكالوريوس، ويوضح الجدول التالي المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد فاعلية الذات والدرجة الكلية لدى كل من طلاب الماجستير والبكالوريوس.

جدول (11) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد فاعلية الذات والدرجة الكلية لدى كل من طلاب الماجستير والبكالوريوس

البُعد	الماجستير		البكالوريوس	
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الشعور بالقدرة	47.7869	.96807	42.2814	3.22479
المسؤولية الذاتية	39.1148	.85826	34.9360	1.43973
المبادرة في بذل المجهود	34.3770	1.00273	29.9893	1.45072
المثابرة	32.6885	1.36065	27.3454	1.65382
ضبط الانفعالات	39.9508	1.43092	33.3113	2.10846
توقع نتائج إيجابية	40.7541	2.13429	35.4051	1.69024
المجموع	234.6721	7.20352	203.2687	10.93748

يتضح من الجدول السابق ارتفاع المتوسط الحسابي لمجموعة الماجستير على المتوسط الحسابي لطلاب البكالوريوس؛ مما يشير إلى وجود فروق في فاعلية الذات ترجع إلى متغير المرحلة الدراسية، ويوضح الشكل التالي المتوسط الحسابي لكل من مرحلتي الماجستير والبكالوريوس على مقياس فاعلية الذات.



شكل (7) المتوسط الحسابي لكل من مرحلتي الماجستير والبكالوريوس على مقياس فاعلية الذات

يتضح من الشكل البياني أن المتوسط الحسابي لطلاب الماجستير أعلى من طلاب البكالوريوس، مما يشير إلى تأثير المرحلة الدراسية على فاعلية الذات. ولم يعثر الباحث على دراسات سابقة قارنت بين الفئتين.

يمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء ما يلي:

- **الخبرات الأكاديمية السابقة** :طلاب الدراسات العليا اجتازوا مراحل تعليمية سابقة بنجاح، ما عزز ثقتهم بقدراتهم.(Bandura, 1997)
- **الدافعية الذاتية والوعي بالأهداف** :الالتحاق بالدراسات العليا غالبًا يكون بدافع شخصي ووعي مهني، على عكس بعض طلاب البكالوريوس.
- **التعلم الذاتي والبحث العلمي** :الدراسات العليا تتطلب مهارات بحثية ونقدية أعمق، مما يرفع مستوى الفاعلية الذاتية.
- **النضج والاستقلالية** :طلاب الماجستير أكثر نضجًا عقليًا وانفعاليًا، ما يساهم في التنظيم الذاتي والتخطيط طويل المدى.

عرض ملخص النتائج

النتائج الخاصة بمستوى فاعلية الذات لدى طلاب جامعة بيشة:

أسفرت النتائج عن وجود مستوى مرتفع من فاعلية الذات لدى عينة الدراسة من طلاب جامعة بيشة؛ حيث كانت قيمة "ت" لمعرفة الفروق بين المتوسط الفرضي والمتوسط الفعلي لعينة الدراسة دالة إحصائيًا عند مستوى 0.01، وتُعزى الفروق لصالح المتوسط الفعلي؛ حيث كانت قيمته أعلى من المتوسط الفرضي.

النتائج الخاصة بالفروق بين الذكور والإناث في فاعلية الذات:

أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الذكور والإناث في فاعلية الذات، حيث كانت قيمة "ت" لمجموعتين مستقلتين دالة إحصائياً عند مستوى 0.01، وتُعزى الفروق لصالح مجموعة الإناث، حيث كان المتوسط الحسابي لمجموعة الإناث أعلى من مجموعة الذكور، مما يشير إلى أن الإناث أعلى في فاعلية الذات من الذكور.

النتائج الخاصة بالفروق بين الكليات العملية والكليات النظرية في فاعلية الذات:

أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات مجموعة الكليات العملية ومجموعة الكليات النظرية في فاعلية الذات، حيث كانت قيمة "ت" لمجموعتين مستقلتين دالة إحصائيا عند مستوى 0.01، وتُعزى الفروق لصالح مجموعة الكليات العملية، حيث كان المتوسط الحسابي لمجموعة الكليات العملية أعلى من مجموعة الكليات النظرية؛ مما يشير إلى أن طلاب الكليات العملية أعلى من طلاب الكليات النظرية في فاعلية الذات.

النتائج الخاصة بالفروق بين طلاب الماجستير وطلاب البكالوريوس في فاعلية الذات:

أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي طلاب الماجستير وطلاب البكالوريوس في فاعلية الذات، حيث كانت قيمة "U"، وقيمة "Z" المناظرة لها دالة إحصائيا عند مستوى 0.01، وتُعزى الفروق لصالح مجموعة طلاب الماجستير، حيث كان المتوسط الحسابي لمجموعة طلاب الماجستير أعلى من مجموعة البكالوريوس، مما يشير إلى أن الماجستير أعلى في فاعلية الذات من طلاب البكالوريوس.

التوصيات

1- تضمين فاعلية الذات كهدف تربوي في الخطط الإرشادية والأنشطة الطلابية داخل الجامعة، باعتبارها من مؤشرات الصحة النفسية والتكيف الأكاديمي، خاصة لطلاب البكالوريوس وبالأخص في السنوات الأولى، من خلال تنمية مهارات المسؤولية الذاتية، والمبادرة، والمثابرة، والضبط الانفعالي.

2- ضرورة إدماج أنشطة تعليمية تعزز الشعور بالكفاءة والإنجاز، مثل المشاريع التطبيقية، وحل المشكلات، والعمل الجماعي، خاصة في الكليات النظرية.

3- تصميم برامج إرشادية نمائية وتدريبية تستهدف تنمية فاعلية الذات لدى الطلاب، خاصة في السنوات الأولى من الدراسة الجامعية، باستخدام استراتيجيات مثل النمذجة، والتغذية الراجعة، وتعزيز الضبط الذاتي، لما لها الأثر المباشر في تحفيز الدافعية الأكاديمية والقدرة على التكيف مع التحديات، خاصة للطلاب الذكور.

4- العمل على تنمية مهارات التعلم الذاتي لدى الطلاب، وتشجيعهم على البحث العلمي، لما لذلك من أثر في تعزيز الشعور بالقدرة على الإنجاز والتحكم الذاتي في مسار التعلم من السنوات الجامعية الأولى.

5- تدريب أعضاء هيئة التدريس على استراتيجيات تعليمية داعمة لفاعلية الذات، مثل استخدام أساليب التدريس التفاعلي، وتقديم تغذية راجعة مشجعة، خاصة في الكليات النظرية.

المقترحات

استنادًا إلى نتائج الدراسة وما كشفته من نتائج متعلقة بمستوى فاعلية الذات لدى طلاب الجامعة، ومعرفة وجود فروق في فاعلية الذات في ضوء كل من متغير (النوع – التخصص – المرحلة الدراسية)، يقترح الباحث مجموعة من البحوث المستقبلية:

1. دراسة العلاقة بين فاعلية الذات وبعض المتغيرات الأخرى مثل الصلابة النفسية، والقلق الأكاديمي، ومفهوم الذات والذكاء العاطفي، في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية، والاجتماعية والاقتصادية، والثقافية.
2. دراسات مقارنة لفاعلية الذات بين جامعات من مناطق جغرافية متعددة داخل المملكة، للكشف عن أثر البيئة الثقافية والاجتماعية.

3. دراسة مستوى فاعلية الذات لدى الطلاب في المراحل التعليمية المبكرة من الابتدائي والمتوسط والثانوي.
4. دراسة أثر البيئة الجامعية في تنمية فاعلية الذات لدى طلاب الجامعة.
5. فاعلية برنامج قائم على تطبيقات الذكاء الاصطناعي في تنمية فاعلية الذات لدى طلاب الجامعة.
6. التأثيرات المباشرة وغير المباشرة بين كل من فاعلية الذات والمشكلات النفسية، مثل القلق والاكتئاب.

المراجع

المراجع العربية:

- أبو ندى، خالد محمود. (2022، أغسطس). فاعلية الذات الأكاديمية والطموح الأكاديمي لدى طلبة الإعدادية في محافظة رفح من ذوي البيوت المهدومة. *مجلة العلوم التربوية والنفسية، 6*(36)، 127–145. https://doi.org/10.26389/AJSRP.E300822.
- أبوعلام، رجاء محمود (2011). مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية. دار النشر للجامعات، القاهرة.
- الربيع، فيصل، & الجراح، عبد الناصر. (2023، يوليو). الاستحقاق الأكاديمي وعلاقته بالفاعلية الذاتية الأكاديمية. *دراسات العلوم الإنسانية والاجتماعية، 50*(3)، 375–386. https://doi.org/10.35516/hum.v50i
- اليازيدي، فاطمة الزهراء، وهندي، أسماء. (2017، ديسمبر). فاعلية الذات وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى عينة من طلبة السنة الأولى جامعي. روافد الفكر، (2)، 215–246.
- أبو حلاوة، محمد السعيد، & يونس، إبراهيم. (2024). *فاعلية الذات والاقتدار الإنساني: رؤية نظرية وتوجهات مستقبلية. بدون ناشر.
- الكفيري، وداد محمد صالح. (2018، سبتمبر). الفاعلية الذاتية وأثرها على التحصيل الأكاديمي لدى طالبات جامعة حائل في المملكة العربية السعودية في ضوء بعض المتغيرات. مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية – جامعة بابل، (40)، 218–229.
- الزهراني، تهاني أحمد، والقضاة، محمد فرحان. (2021، سبتمبر). فاعلية الذات الإبداعية وعلاقتها بالدافعية العقلية لدى الطلبة المتفوقين بجامعة الملك سعود. المجلة الدولية لتطوير النهوض،

12.23.6.https://doi.org/10.20428/IJTD .146–119 ،(23)12

- السالم، منى يوسف حسين. (2022). دور الفاعلية الذاتية والاجترار المعرفي في التنبؤ بأعراض الاكتئاب لدى الطلبة في جامعة الكويت. مجلة كلية الآداب، (54)، 89–139
- السيد، محاسن (2011). فاعلية الذات وعلاقتها بالتوافق المهني لدى مرشدات التربية الخاصة في محافظة جدة. [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة الملك عبد العزيز.
- الدردير، عبد المنعم أحمد (2004). فاعلية الذات وعلاقتها بالدافعية للإنجاز لدى طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية، جامعة أسيوط، 20(2)، 89-125.
- الجميلي، مؤيد حامد، وكاظم، سجى عبد الرضا، (2023): فاعلية الذات الإبداعية لدى طالبات الجامعة، مجلة مركز البحوث النفسية، 34(02)، 213–250.
- الزناتي، محمد عبد الله (2011). فاعلية الذات وعلاقتها بالدافعية الأكاديمية لدى طلاب المرحلة الثانوية. مجلة التربية، جامعة الأزهر، 145(3)، 234-267.
- الكفاوين، عطاف محمد. (2024، سبتمبر). الفاعلية الذاتية وعلاقتها بالسلوك الإيجابي لدى طلبة جامعة الطفيلة التقنية. مجلة العلوم التربوية والدراسات الإنسانية، (41)، 600-620.
- الشناوي، كمال. (2006). فعالية الذات وعلاقتها ببعض سمات الشخصية لدى طلاب كلية التربية النوعية [ورقة عمل]. المؤتمر العلمي الأول لكلية التربية النوعية. جامعة المنصورة، مصر.
- الفاروق، عمر (١٩٨٦): الفاعلية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى قطاعات من الشباب المصري، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة عين شمس.
- فتحي مصطفى الزيات (٢٠٠١) (١) علم النفس المعرفي (ج ١) دراسات وبحوث القاهرة دار النشر للجامعات
- العتيبي، هند عمر جعفر الدعجاني. (2023، يوليو). توكيد الذات وعلاقته بكل من فاعلية الذات والضغوط النفسية لدى طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بمدينة الرياض. مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية، 17(8)، 577–621.
- السليمان، يامن سلمان. (2022). فاعلية الذات وعلاقتها بالدافعية الأكاديمية: دراسة ميدانية على عينة من طلبة كلية التربية في جامعة دمشق. مجلة جامعة دمشق للعلوم التربوية والنفسية، 38(4)، 6-45.
- الشمراني، نجود. مقبل. قبلان. (2023). نمذجة العلاقات النسبية بين الصمود الأكاديمي وفاعلية الذات

الأكاديمية والرجاء لدى طلاب الماجستير بجامعة بيشة [رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بيشة

- الجميلي، مؤيد حامد، وكاظم، سجى عبد الرضا، (2023): فاعلية الذات الإبداعية لدى طالبات الجامعة، مجلة مركز البحوث النفسية، 34(02)، 213–250.
- الزهراني، تهاني أحمد، والقضاة، محمد فرحان. (2021، سبتمبر). فاعلية الذات الإبداعية وعلاقتها بالدافعية العقلية لدى الطلبة المتفوقين بجامعة الملك سعود. المجلة الدولية لتطوير النهوض، 12(23)، 119–146. 12.23.6.https://doi.org/10.20428/IJTD
- الكفاوين، عطاف محمد. (2024، سبتمبر). الفاعلية الذاتية وعلاقتها بالسلوك الإيجابي لدى طلبة جامعة الطفيلة التقنية. مجلة العلوم التربوية والدراسات الإنسانية، (41)، 600-620.
- العساف، صالح بن حمد. (2006). *المدخل إلى البحث في العلوم السلوكية* (الطبعة الرابعة). الرياض: مكتبة العبيكان.
- اليازيدي، فاطمة الزهراء، وهندي، أسماء. (2017، ديسمبر). فاعلية الذات وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى عينة من طلبة السنة الأولى جامعي. روافد الفكر، (2)، 215–246.
- الغول، أحمد عبد المنعم (١٩٩٣): الكفاءة الذاتية والذكاء الاجتماعي وعلاقتهما ببعض العوامل الوجدانية لدى المعلمين التربويين وغير التربويين وإنجاز طلابهم الأكاديمي، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة أسيوط
- بدوي، منى حسن السيد (٢٠٠١): أثر برنامج تدريبي في الكفاءة الأكاديمية للطلاب على فعالية الذات، المجلة المصرية للدراسات النفسية، مجلد (١١)، العدد (٢٩)، ص ٥١-
- بلان، عبد الله محمد (2015). نظريات الشخصية في علم النفس. دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان.
- حمزة، عالية الطيب، (2018، مارس): فاعلية الذات وعلاقتها بمستوى الطموح لدى طالبات الدبلوم العام في التربية بجامعة الجوف. مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، 27(2)، 161-185
- جليل، نصرة محمد، & هنداوي، إحسان نصر. (2023، مايو). الحيوية الذاتية وعلاقتها بالعزم الأكاديمي وفاعلية الذات البحثية لدى طلبة الدراسات العليا بكلية التربية جامعة كفر الشيخ. *المجلة التربوية - كلية التربية، جامعة سوهاج، 93*(44)، 444–493.
https://doi.org/10.12816/EDUSOHAG.2023

- رضوان، بدوية محمد سعد. (2021، يناير). المرونة المعرفية وعلاقتها بالفاعلية الذاتية البحثية ودافعية الإتقان لدى طلبة الدراسات العليا. مجلة الإرشاد النفسي، (65)، 1–89
- زايد، أمل محمد أحمد. (2023، أكتوبر). التشوهات المعرفية وعلاقتها بفاعلية الذات الأكاديمية واليقظة العقلية والإرجاء الأكاديمي لدى طلبة كلية التربية. المجلة التربوية – كلية التربية – جامعة سوهاج، 88–152. https://doi.org/10.12816/EDUSOHAG.
- صالح، عواطف حسين (١٩٩٤): التنشئة الوالدية، وعلاقتها بفعالية الذات لدى المراهقين من الجنسين، مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة، العدد (٢٤) ص ص ٨٣-١١٢.
- عشماوي، فيفيان أحمد فؤاد علي. (2023). الإسهام النسبي لفاعلية الذات والدافعية للإنجاز في التنبؤ بالتسويف الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا. مجلة كلية التربية – جامعة عين شمس، (47)، 17-112.
- مصطفى حجازي (٢٠١٢) إطلاق طاقات الحياة قراءات في علم النفس الإيجابي بيروت: دار التنوير.
- محسن، عبد الكريم غالي. (2025، يناير). الأمن النفسي وعلاقته بالفاعلية الذاتية لدى طلبة الجامعة. مجلة الدراسات المستدامة، 7(1)، 752-781.
- عبد المقصود، أمين، وشند، سميرة (2010). فاعلية الذات الأكاديمية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي. مجلة علم النفس التربوي، 22(4) , 78-112.
- غودل، سمية بنت صالح سبيت، والشريدة، أمل صالح سليمان. (2023). الفاعلية الذاتية وعلاقتها بالابتكارية الانفعالية لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز بجدة. مجلة الآداب للدراسات النفسية والتربوية، 4(15)، 103–133.
- مصطفى، فتحي محمد محمود. (2020، ديسمبر). فاعلية الذات وعلاقتها بمهارات ما وراء الاستيعاب في ضوء بعض المتغيرات لدى طلبة جامعة القصيم. مجلة الآداب للدراسات النفسية والتربوية، (8)، 70–123.
- رضوان، بدوية محمد سعد. (2021، يناير). المرونة المعرفية وعلاقتها بالفاعلية الذاتية البحثية ودافعية الإتقان لدى طلبة الدراسات العليا. مجلة الإرشاد النفسي، (65)، 1–89
- زهران، حامد عبد السلام، (2005). الصحة النفسية والعلاج النفسي. القاهرة: عالم الكتب للنشر والتوزيع

- يعقوب، سلاف، وحليلم، أسماء. (2024). الفاعلية الذاتية وعلاقتها بالتفكير الإيجابي لدى عينة من طالبات جامعة سيدي بلعباس – الجزائر. مجلة روافد للدراسات والأبحاث العلمية في العلوم الاجتماعية والإنسانية، 14(8)، 176–197. مسترجع من

https://search.mandumah.com/Record1470253/

المراجع الأجنبية:

- Bandura, Albert. (1997). Self-efficacy: The exercise of control. New York: W. H. Freeman Company.
- Bandura, A. (1993). Perceived self-efficacy in cognitive development and functioning. *Educational Psychologist, 28*(2), 117–148.
- Tangeman, Keegan. (2008). Self-efficacy in Incarcerated Adolescents Unpublished PH. D Dissertation. Graduate School of Education and Psychology of the Pepperdine University.
- Hammer, J. H., & Vogel, D. L. (2010). Men's help seeking for depression: The efficacy of a male-sensitive brochure about counseling. The Counseling Psychologist, 38(2), 296–313.
- Duckworth, A. L., & Seligman, M. E. P. (2006). Self-discipline gives girls the edge: Gender in self-discipline, grades, and achievement test scores. Journal of Educational Psychology, 98(1), 198–208. https://doi.org/10.1037/0022-0663.98.1.198
- Maslow, A. H. (1954). Motivation and personality. New York, NY: Harper & Row.