

فاعلية الذات وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى عينة من طلبة جامعة المسيلة العاملين

Self-efficacy and its relationship with certain variables in a sample of students who combines work and study at the University of M'sila

دمدوم ريمة¹

¹جامعة الجزائر 2 أبو القاسم سعد الله، rima.demdoum@univ-alger2.dz

تاريخ الاستلام: 2020/8/20 تاريخ القبول: 2020/9/28 تاريخ النشر: 2020/12/30

ملخص:

هدفت الدراسة الى التعرف مستوى فاعلية الذات لدى عينة من طلبة جامعة المسيلة العاملين، والكشف عن الفروق في درجات فاعلية الذات لديهم حسب الحالة الاجتماعية (متزوجين/غير متزوجين) وحسب التخصص (علم النفس/إعلام واتصال)، طبقت مقياس فاعلية الذات للعدل (2001) على عينة قوامها (30) طالب وطالبة عامل تم اختيارهم بطريقة قصدية، وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية: مستوى متوسط من فاعلية الذات لدى عينة من طلبة جامعة المسيلة العاملين، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لديهم حسب الحالة الاجتماعية (متزوجين/غير متزوجين) وحسب التخصص (علم النفس/إعلام واتصال)

الكلمات المفتاحية: فاعلية الذات، طالب عامل، جامعة المسيلة

Abstract:

This study aimed to find out the level of self-efficacy of a sample of students who combines work and study at the University of M'sila, as well as revealing the differences in their self-efficacy levels according to marital status (Married/Unmarried) and specialization (Psychology/Media and Communication). We applied the self-efficacy scale for Eladel (2001). On a sample of (30) working students who were deliberately selected, this study achieved the following results: An average level of self-efficacy among of a sample of students who combines work and study at the University of M'sila, and the absence of statistically significant differences according to marital status (Married/Unmarried) and according to

المؤلف المرسل: دمدوم ريمة

specialization (Psychology / Media and Communication).

Keywords: Self-efficacy ; Working student ; University of M'sila

1. مقدمة:

يعد بندورا (Bandura) أول من أدخل مفهوم فاعلية الذات إلى التراث النفسي، حيث أطلقه على معتقدات الفرد عن قدراته لينجز بنجاح سلوك معين أو مجموعة من السلوكات، وحسب بندورا تتضمن فاعلية الذات التقييم المعرفي الذي يقوم به الفرد تجاه المواقف التي يتعرض لها، واعتقاد الشخص أنه يستطيع التأثير في البيئة التي يعيش فيها (برجان، 2012، ص1)

وقد ميز بندورا بين توقعات فاعلية الذات والتي تعني الاعتقاد بأن الشخص يمكن أن يؤدي بنجاح السلوك الذي بصده، وبين توقعات النتائج وتعني اعتقاد الشخص بأن سلوكيات معينة سوف تؤدي إلى نتائج معينة. وتتعكس فاعلية الذات للفرد في التوقعات التي يصدرها عن كيفية أدائه للمهمة والنشاط ومدى تنبؤه بالجهد اللازم والمثابرة (أبو غالي، 2012، ص621)

ففاعلية الذات ترتبط بدرجة كبيرة بمفهوم الفرد عن ذاته، فنجد افرادا ذوي فاعلية مرتفعة وآخرون ذوي فاعلية منخفضة، وهذا ما يؤكد بانندورا حيث أن مرتفعي فاعلية الذات غالبا ما يتوقعون النجاح مما يزيد من مستوى دافعيتهم نحو تحقيق أفضل أداء ممكن والوصول الى حلول فعالة لما قد يعترضهم من مشكلات بعكس منخفضي فاعلية الذات الذين يتوقعون الفشل في مختلف المهام التي يقومون بها (طبيبي، 2012، ص18)

تأسيسا على محورية فاعلية الذات في تفسير السلوك الانساني تحاول هذه الدراسة مدارسها لدى الطلبة الجامعيين العاملين، في ضوء ما تواجههم من صعوبات تحقيق التوافق بين العمل والدراسة، وما تفرضه تحديات النجاح في كليهما، يرى الكثير أن فاعلية الذات عاملا مهما في تفسير سلوك الفرد وأسلوب ناجح لمواجهة صعوبات الحياة، فالأفراد ذوي فاعلية ذات مرتفعة يتمكنون من مواجهة صعوبات وإحداث استقرار وتوازن داخل أنفسهم ومواصلة حياتهم بكل

نجاح، أما ذوي فاعلية الذات المنخفضة يقعون تحت سيطرة وأسر صعوبات الحياة مما يحدث لديهم إحباط وعدم القدرة على تجاوز العقبات.

- الاشكالية

يعتقد العديد من الباحثين أن فاعلية الذات هي من أهم الميكانيزمات الشخصية لدى الأفراد والتي تؤثر في أفكار الشخص وتفسيره لما يتعرض له من أحداث الحياة، والتي تساهم في تعديل أو تغيير السلوك، كما تلعب دوراً محورياً في عملية المواجهة والتحكم في عواقب الأمور، إذ أن تقدير المرء لمدى فعاليته الذاتية في مواجهة أحداث الحياة أو المواقف الضاغطة، يمكن أن يكون مؤشراً كافياً للتنبؤ بمدى صموده أمام خبرات الفشل ومدى مثابرته في تحقيق الإنجازات والأهداف، أو بمدى التوتر والقلق الذي يعتريه، فالمتغيرات الشخصية بما فيها الفاعلية الذاتية أساسية في تحديد إدراك الأشخاص للضغوط واختيار الأساليب للمواجهة التي يتبنونها وتأثيرهما على صحتهم النفسية والجسدية. ولما كانت فاعلية الذات من آليات ومحركات الفرد للنجاح، نجد طلاب الجامعة باعتبارهم شريحة مهمة من المجتمع مكلفون بالنهوض وتطوير مجتمعاتهم يتدرجون في مستويات فاعلية الذات بين المنخفضة إلى غاية المرتفعة، حيث أكدت نتائج الدراسات والبحوث أن الطلاب ذوي الإحساس المنخفض بالفاعلية الذاتية والكفاية الشخصية يتجنبون الأعمال الأكاديمية التي تتطلب التحدي الذهني، ويستغرقون وقت أطول في فهم واستذكار دروسهم، ولا يستطيعون ممارسة الاستراتيجيات التي تركز على عمليات عقلية عليا. إذ أن الفاعلية الذاتية تلعب دوراً هاماً في اكتساب المعرفة والاحتفاظ بها باعتبارها المحرك والموجه التي بدونها لا يمكن أن تتم عملية التعلم، ولقد أوضح شونك (Schunk, 1994) أنه حين تنخفض فاعلية الذات فإن الطلاب لا يملكون الدافعية للتعلم لذلك نحتاج إلى ابتكار استراتيجيات مختلفة لإثراء هؤلاء الطلاب (اليازدي وهندي، 2017، ص218)

اعتقاد الطالب حول فاعليته يحدد لديه مستوى الإنجاز الذي يظهر خاصة في الأعمال التي تخدم المجتمع، لاحظت ولاء سهيل يوسف (2016) في دراسة استطلاعية أجرتها على طلبة جامعة دمشق أن اعتقاد الفرد في فاعليته الذاتية يؤثر في تفكيره وتصرفاته وسلوكاته، وعلى مستوى هذا الاعتقاد يتحدد إنجاز الفرد ارتفاعاً وانخفاضاً، وتبدو مظاهر الفعالية الذاتية المرتفعة في زيادة اهتمام الفرد بالأعمال التي يقوم بها في خدمة المجتمع، ومضاعفة الجهود التي يبذلها في مواجهة الفشل وتحقيق الإنجاز، وتحديد أهداف بعيدة المدى متحدياً الصعوبات التي تعيقه عن تحقيقها وترى أن هذه المظاهر قد ترتبط بالإحساس بالمسؤولية الاجتماعية أو ببعض جوانبها.

ولما يكون الطلبة عاملين بالإضافة إلى كونهم يدرسون يكونون عرضة لتحديات متعددة ولديهم مسؤوليات اتجاه انفسهم واتجاه مجتمعهم ومطالبين أكثر بفاعلية الذات التي تدفعهم الى النجاح في ميدان الدراسة والعمل، ومن هنا يشكل موضوع فاعلية الذات لدى طلبة الجامعة العاملين مشكلة تستحق الاهتمام، لذلك سعت الدراسة الحالية الى التعرف على مستوى فاعلية الذات لدى طلبة الجامعة العاملين من خلال الاجابة على التساؤلات التالية:

- ما مستوى فاعلية الذات لدى طلبة الجامعة العاملين؟
- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجات فاعلية الذات لدى طلبة الجامعة العاملين تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية (متزوجين/غير متزوجين)؟
- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجات فاعلية الذات لدى طلبة الجامعة العاملين تعزى لمتغير التخصص (علم النفس/إعلام واتصال)؟

2. فرضيات الدراسة:

- مستوى فاعلية الذات لدى طلبة الجامعة العاملين مرتفع
- توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجات فاعلية الذات لدى طلبة الجامعة العاملين تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية (متزوجين/غير متزوجين)

- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجات فاعلية الذات لدى طلبة الجامعة العاملين تعزى لمتغير التخصص (علم النفس/إعلام واتصال)

3. أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة في تناولها لمتغير فاعلية الذات باعتباره من أهم ميكانيزمات الشخصية لدى الأفراد والتي تؤثر في أفكار الشخص وتفسيره لما يتعرض له من أحداث الحياة، والتي تساهم في تعديل أو تغيير السلوك، كما تلعب دورا محوريا في عملية المواجهة والتحكم في عواقب الأمور كما تستمد هذه الدراسة أهميتها في كونها تركز على شريحة مهمة من المجتمع ومن طلاب الجامعة العاملين الذين يتحملون مسؤولية النهوض بالمجتمع حيث أنهم عمال مكلفين بالعمل والانتجاز في العمل وطلاب يتحملون مسؤولية النجاح وتحسين المستوى، ومسؤولية التوفيق بين العمل والدراسة.

4. التحديد الاصطلاحي والإجرائي لمفاهيم الدراسة:

فاعلية الذات:

عرف بندورا (Bandura, 1997) فاعلية الذات بأنها: " توقعات الفرد عن أدائه للسلوك في مواقف تتسم بالغموض، وتنعكس هذه التوقعات على اختيار الفرد للأنشطة المتضمنة في الأداء، وكمية الجهود المبذولة في مواجهة الصعاب وانجاز السلوك" (اليازدي وهندي، 2017، ص221)، ويرى كذلك بندورا (Bandura, 2010) أن هذا المفهوم يتعلق بمعتقدات الأفراد في قدرتهم على التأثير على الأحداث التي تؤثر على حياتهم.

أما العدل فيرى أن فاعلية الذات: " ثقة الفرد الكامنة في قدراته خلال المواقف الجديدة، أو المواقف ذات المطالب الكثيرة وغير المألوفة، أو هي اعتقادات الفرد في قواه الشخصية، مع التركيز على الكفاءة في تفسير السلوك دون المصادر أو الأسباب الأخرى للتفاؤل (العتيبي، 2008، ص8).

إجرائيا فتعرف بأنها الدرجة التي يحصل عليها الطلبة العاملين عند استجابتهم على مقياس فاعلية الذات للعدل(2001)
5. الدراسات السابقة:

* دراسة موسى(2017) هدفت الى التعرف على مستوى فاعلية الذات لدى طلاب كلية التربية في جامعة البعث، كما هدفت الى الكشف عن الفروق بين متوسط درجاتهم في فاعلية الذات تبعا لمتغير التخصص الدراسي واستخدمت مقياس لفاعلية الذات من اعداد الباحث على عينة قوامها(186) طالبا وطالبة، وتوصلت الدراسة الى أن:

- مستوى فاعلية الذات مرتفع لدى عينة الدراسة
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد العينة الدراسة على مقياس فاعلية الذات تبعا لمتغير التخصص
* دراسة يوسف(2016) هدفت إلى التعرف على مستوى فاعلية الذات لدى طلاب جامعة دمشق، كما هدفت الى الكشف عن الفروق بين متوسط درجاتهم في فاعلية الذات تبعا لمتغير التخصص الدراسي واستخدمت مقياس لفاعلية الذات من اعداد الباحث على عينة قوامها(1518) طالبا وطالبة، وتوصلت الدراسة الى أن:

- مستوى فاعلية الذات متوسط لدى عينة الدراسة
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات إجابات أفراد عينة البحث على مقياس فاعلية الذات تبعا لمتغير التخصص الدراسي الجامعي لصالح الطلبة الذين يدرسون في التخصصين الجامعيين (الاقتصاد والصيدلة)

* دراسة بن بريحة(2015) هدفت الى الكشف عن الفروق بين متوسط الدرجات في فاعلية الذات تبعا لمتغير التخصص الدراسي(علمي/أدبي) لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بولاية غليزان، واستخدم مقياس العدل(2001) لفاعلية الذات على عينة تقدر ب(312) تلميذ وتلميذة وخلصت الدراسة إلى أنه: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الأدبيين والعلميين في فاعلية الذات

* دراسة المصري (2011) هدفت الى الكشف عن الفروق بين متوسط الدرجات في فاعلية الذات تبعا لمتغير التخصص الدراسي (علوم/آداب) لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة، واستخدمت مقياس من إعداد الباحثة لفاعلية الذات على عينة مقدارها (626) طالبا وطالبة، وتوصلت الدراسة إلى أنه: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التخصص (علوم، آداب) على فاعلية الذات لدى عينة الدراسة * دراسة عبد الله والعقاد (2008) هدفت إلى الكشف عن الفروق بين متوسط الدرجات في فاعلية الذات تبعا لمتغير الحالة الاجتماعية (علوم/آداب) لدى طلبة جامعة الملك عبد العزيز بالسعودية، طبقا مقياس لفاعلية الذات من إعداد الباحثين على عينة قوامها (246) طالبا وطالبة، وخلصت الدراسة إلى أنه توجد فروق ذات إحصائية بين مجموعة المتزوجين وغير المتزوجين في الأبعاد الفرعية لفاعلية الذات وكذلك الدرجة الكلية للفاعلية لصالح المتزوجين

من خلال استعراض الدراسات السابقة يتضح الآتي:

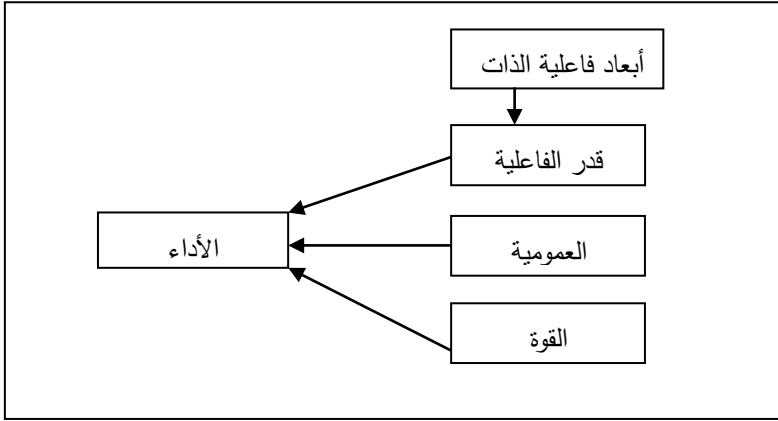
اتفقت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في استخدام المنهج الوصفي وتناولها لنفس المتغيرات، وتمت الاستفادة من الدراسات السابقة في بناء الإطار النظري، تحديد مشكلة الدراسة الحالية، اجراءاتها، مقياسها وفي عرض النتائج ومناقشتها، وقد اختلفت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في تناولها عينة طلبة الجامعة العاملين، كما أن البيئة الجزائرية تفتقر لمثل هذه الدراسات وذلك في حدود علم الباحثة مما يشير إلى أهمية إجرائها.

6. الإطار النظري للدراسة:

1.6. أبعاد فاعلية الذات:

حدد بندورا ثلاثة أبعاد لفاعلية الذات، تختلف معتقدات الفرد عن فعاليته الذاتية وفقا لها وهي: قدر الفعالية، العمومية والقوة أو الشدة (حجازي، 2013، ص420).

وبين الشكل رقم (1) أبعاد فاعلية الذات وعلاقتها بالأداء لدى الأفراد :



شكل 1: أبعاد فاعلية الذات عند بندورا

المصدر: حجازي، 2013، ص420

* قدر الفاعلية:

يقصد به مستوى قوة دوافع الفرد للأداء في المجالات والمواقف المختلفة ويختلف هذا المستوى تبعاً لطبيعة أو صعوبة الموقف، ويبدو قدر الفاعلية بصورة أوضح عندما تكون المهام مرتبة وفقاً لمستوى الصعوبة والاختلافات بين الأفراد في توقعات الفاعلية، ويمكن تحديدها بالمهام البسيطة المتشابهة، ومتوسطة الصعوبة، ولكنها تتطلب مستوى أداء شاق في معظمها، ومع ارتفاع مستوى فاعلية الذات لدى بعض الأفراد فإنهم لا يقبلون على مواقف التحدي، وقد يرجع السبب في ذلك إلى تدني مستوى الخبرة، والمعلومات السابقة.

يؤكد بندورا على طبيعة التحديات التي تواجه فاعلية الشخصية يمكن الحكم عليها من خلال مختلف الوسائل، وأهمها: مستوى الإلتقان، مستوى بذل الجهد، مستوى الدقة، مستوى الإنتاجية، مستوى التهديد، ومستوى التنظيم الذاتي المطلوب. ويرى فتحي الزيات أن قدر الفاعلية لدى الأفراد يتباين بتباين عوامل عديدة أهمها مستوى الإبداع أو المهارة، ومدى تحمل الإجهاد، ومستوى الدقة، والإنتاجية، ومدى تحمل الضغوط، والضبط الذاتي المطلوب، ومن المهم هنا أن تعكس اعتقادات الفرد

تقديره لذاته بأن لديه قدر من الفاعلية يمكنه من أداء ما يوكل إليه أو يكلف به دائما وليس أحيانا.

كما أن قدرة فاعلية الذات تختلف طبعا لطبيعة وصعوبة الموقف، كما يتضح قدر الفاعلية بشكل أكبر عندما تكون المهام مرتبة وفقا للصعوبة والاختلافات بين الأفراد في توقعات الفاعلية، ويمكن تحديد المهام البسيطة المتشابهة، ومتوسطة الصعوبة، ولكنها تحتاج لمستوى أداء عال في معظمها (المصري، 2011، ص 49-50)

*** العمومية:**

هي انتقال توقعات فاعلية الذات من موقف ما إلى موقف مشابه، فالفرد يمكنه أن يتوقع نجاحه في أداء موقف مماثل، وهذا يتحدد وفق خصائص الفرد (قدراته المعرفية، السلوكية، الانفعالية) وخصائص الموقف المماثل محور السلوك. وفي هذا الصدد يذكر باندورا أن العمومية تتحدد من خلال مجالات الأنشطة المتسعة في مقابل المجالات المحددة، وأنها تختلف باختلاف عدد من الأبعاد مثل: درجة تشابه الأنشطة والطرق التي نعبر بها عن الإمكانيات أو القدرات السلوكية، والمعرفية والوجدانية ومن خلال التغيرات الوصفية للمواقف، وخصائص الشخص المتعلقة بالسلوك الموجه (بوسدر، 2013، ص 69)

*** القوة :**

ويتحدد بعد القوة في خبرة الفرد، فالفرد الذي يمتلك توقعات مرتفعة يمكنه الاجتهاد والاصرار والمثابرة في العمل، وبذل أقصى طاقاته في مواجهة الخبرات اللاحقة والمواقف الصعبة القادمة، كما أن الشعور بقوة الفاعلية يمكن الفرد من اختيار الأنشطة التي سينجزها بنجاح (بوشينة، 2018، ص 346)

2.6. مصادر فاعلية الذات:

تكتسب فعالية الذات وتنمى وتضعف بعامل أو أكثر من العوامل الآتية (جابر، 1999، ص 443 - 446):

* الإنجازات الأدائية:

إن الأداء الناجح بصفة عامة يرفع توقعات الفاعلية بينما يؤدي الإخفاق إلى خفضها، وهناك عدة لازمات لهذه العبارة، وأولها أن النجاح في الأداء يرفع فاعلية الذات بما يتناسب مع صعوبة العمل، فلاعب التنس الماهر إذ فاز على منافس متفوق تزداد فاعلية ذاته الأمر الذي لا يحدث إذا فاز على منافس ضعيف، ثانيا: الأعمال التي تتجز بنجاح من قبل الفرد أكثر فاعلية من تلك التي يتمها بمساعدة الآخرين، وثالثا: الإخفاق يؤدي على الأغلب إلى إنقاص الفاعلية حين نعرف أننا بذلنا أفضل ما لدينا من جهد أما حين نخفق ونحن نحاول أن نضيف محاولة فأن ذلك لا يضر بالفاعلية كما يحدث عندما لا نرقى للمستوى المطلوب مع بذلنا لأقصى جهودنا و أفضلها .

والأداء الفاشل أيضا في ظروف الاستثارة الانفعالية العالية لا يضر بفاعلية الذات، ومثال على ذلك، قد يقول الفرد " أنا أعرف أنني رسبت في الامتحان، ولكنني كنت قلقا على صحة والدي في ذلك الوقت " .

واللازمة الثانية: إن الاتفاق بين الحين والآخر له تأثير قليل على فاعلية الذات وخاصة عند أولئك الذين لديهم توقع مرتفع بصفة عامة.

* الخبرات البديلة:

ملاحظة الآخرين وهم ينجحون يرفع فاعلية الذات، وملاحظة فرد آخر بنفس كفاءتك وهو يخفق في عمل يميل إلى خفض فاعلية الذات، وعندما يكون النموذج مختلفا عن الملاحظ تؤثر المثيرات البديلة أدنى تأثير على الفاعلية، وللخبرات البديلة أقوى تأثير حين تكون خبرة الناس السابقة بالنشاط قليلة، إن آثار النمذجة بصفة عامة ليست في قوة الأداء الشخصي من حيث تأثيرها في رفع مستويات الفاعلية، وقد يكون لها آثار قوية في إنقاص الفاعلية.

* الإقناع اللفظي:

يمكن اكتساب فعالية الذات من خلال الإقناع اللفظي، إن الإقناع اللفظي يمكن أن يرفع فعالية الذات أو يخفضها، ولكي يتحقق ذلك ينبغي أن يؤمن الشخص القائم بالإقناع والنصائح أو التحذيرات التي تصدر عن شخص موثوق به لها تأثير أكبر في فعالية الذات عن تلك التي تصدر عن شخص غير موثوق به، كذلك أن يكون النشاط الذي ينصح الفرد بأدائه في حدود قدراته، وذلك أنه لا يوجد إقناع لفظي يستطيع أن يغير حكم شخص على فعاليته وقدرته على القيام بعمل يستحيل أدائه في ظل مقتضيات الموقف الفعل.

يفترض بندورا أن قوة الاقتراح ترتبط على نحو مباشر بمكانة المقنع المدركة وسلطته، وعلى سبيل المثال فإن الاقتراح الذي يقدمه المعالج النفسي لمريض لديه خوف مرضي من الارتقاء بالمصعد فإذا أخبر المعالج المريض بأنه يستطيع أن يصلح جرسا كهربائيا فإن ذلك لن يؤدي إلى تحسين فعاليته، ويكون الإقناع أكثر فعالية إذا ارتبط بالأداء الناجح، فعن طريق الإقناع قد تستطيع أن تحمل شخصا على القيام بنشاط معين فإذا نجح الأداء فإن هذه الإنجاز مقرونا بمكافأة لفظية تالية تصدر عن المقنع تزيد من الفعالية في المستقبل.

* الاستثارة الانفعالية:

الانفعال الشديد يخفض الأداء عادة، ولقد تعلم معظم الناس أن يحكموا على قدرتهم على تنفيذ عمل معين في ضوء الاستثارة الانفعالية، فالذين لديهم خوف شديدا أو قلقا حادا يغلب أن تكون فاعليتهم منخفضة، معظم الناس يقدرّون الإمساك بثعبان إذا لم يسيطر عليهم الخوف، ذلك أن العمل يتطلب أن يمسك الفرد الثعبان بثبات وأحكام من خلف رأسه، ولكن معظمنا لا يستطيع ذلك لأن الخوف يؤدي إلى نقصان توقعاتهم الأدائية، ولكن لاحظ المعالجون النفسيون أن خفض القلق وزيادة الاسترخاء الجسمي يبسر الأداء.

إن الاستثارة ترتبط بعدة متغيرات، أولها: مستوى الاستثارة، وترتبط الاستثارة الانفعالية في بعض المواقف بتزايد الأداء فقلق الممثل في ليلة الافتتاح إذا لم يكن شديدا يزيد من توقعات فاعليته والمتغير الثاني هو الدافعية المدركة للاستثارة، فإذا عرف الفرد أن الخوف أمر واقعي، فمن الطبيعي أن يعرف الفرد الذي يقود سيارة في طرق جبلية مكسوة بالجليد أن هذا العمل يثير خوفا عاديا، ومثل هذا الخوف قد يرفع فاعلية الشخص، غير أنه حين يعرف أن من الغباء أن يخاف خوفا مرضيا من الأماكن المفتوحة أو العالية فإن الاستثارة الانفعالية عندئذ تميل إلى إنقاص الفاعلية وأخيرا فإن طبيعة العمل متغير آخر، ذلك أن الاستثارة الانفعالية قد تيسر الإتمام الناجح للأعمال البسيطة ويغلب أن تعطل أداء الأنشطة المعقدة.

7. حدود الدراسة:

الحدود المكانية: قمنا بإجراء دراستنا على مستوى كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية التي تحتوي على (7238) طالب وطالبة بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة التي تم افتتاحها في 1985، والتي تضم حاليا سبعة كليات ومعهدين و(35290) طالب وطالبة.

الحدود الزمانية: أجريت هذه الدراسة خلال شهر فيفري عام 2020

8. الإطار الميداني للدراسة:

أ- منهج الدراسة:

اعتمدت هذه الدراسة المنهج الوصفي، كونه يلاءم طبيعة الموضوع من خلال انه يسمح بوصف فاعلية الذات وصفا دقيقا، ويعبر عنه كما وكيفا، ويتم بواسطته استخلاص النتائج وتقييمها واختبار فرضيات الدراسة ويعرف المنهج الوصفي على أنه طريقة لوصف الظاهرة المدروسة وتصويرها كميا عن طريق جمع معلومات مقننة عن المشكلة وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسة الدقيقة (شروخ، 2003، ص147).

ب- العينة:

العينة جزء من مجتمع الدراسة الذي تُجمع منه البيانات الميدانية، وهي تعتبر جزءا من الكل، بمعنى أنه تؤخذ مجموعة من أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة لمجتمع البحث ثم تعمم نتائج الدراسة على المجتمع كله. ويستخدم أسلوب البحث بالعينة عند استحالة دراسة جميع أفراد المجتمع لظرف من الظروف (زرواتي، 2008، ص334).

تكونت عينة البحث الحالي من (30) طالب وطالبة عاملين ويدرسون بجامعة المسيلة وقد تم اختيارهم بطريقة قصدية، وتظهر خصائص أفراد العينة من خلال الجدول التالي

الجدول 1: يوضح خصائص العينة حسب الحالة الاجتماعية والتخصص:

	الحالة الاجتماعية		التخصص	
	المتزوجين	غير المتزوجين	علم النفس	إعلام واتصال
توزع أفراد العينة	17	13	17	13

ج - أدوات الدراسة:**مقياس فاعلية الذات:**

أعد هذا المقياس العدل (2001) يحتوي المقياس على (50) مفردة، أمام كل مفردة أربعة اختيارات هي نادرا، أحيانا، غالبا، دائما.

د - الخصائص السيكومترية للمقياس

قام صاحب المقياس "العدل" بحساب صدق المقياس وثباته، وتوصل إلى أنه يتمتع بثبات وصدق عاليين، حيث عرضه في البداية على مجموعة من المحكمين، ثم قام بحساب الصدق بالاعتماد على صدق المحك من خلال معامل الارتباط بين درجات الطلاب في المقياس ودرجاتهم في مقياس سكوارزير وآخرين، وقد جاء معامل الارتباط بمقدار (0.64) وهو مؤشر لصدق المقياس،

ثم اختبر ثبات المقياس عن طريق معامل الفا وبلغ (0.77) وبطريقة التجزئة النصفية معادلة سبيرمان - بارون بلغ (0,73) ومعادلة جتمان بلغ (0,79) .

وبخصوص صدقه على البيئة الجزائرية، فقد تم اختباره بعدة طرق من طرف الكثير من الباحثين الجزائريين بهدف معرفة ملائمته على بيئة الجزائرية، فعلى سبيل المثال قامت مسعودة منتصر (2017) من تحقق من خصائصه السيكومترية على عينة من طلبة كلية العلوم الاجتماعية بجامعة الوادي من خلال حساب الصدق بالاعتماد على طريقة المقارنة الطرفية للمقياس، وتوصلت إلى أنه يتمتع بدرجة صدق عالية، كما قامت باختبار ثباته بطريقة التجزئة النصفية وطريقة معامل ألفا كرونباخ، وتوصلت إلى أنه يتمتع بثبات مقبول

هـ. الأساليب الإحصائية: تم استخدام في هذه الدراسة الحزمة الإحصائية (SPSS 26) والأساليب الإحصائية التالية:

- المتوسطات الحسابية

- الانحرافات المعيارية

- اختبار T.Test

9. نتائج الدراسة الميدانية:

1- عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الأولى:

تنص الفرضية الأولى على أنه: "مستوى فاعلية الذات لدى طلبة الجامعة العاملين مرتفع "

وللتحقق من صحة الفرضية تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأداء أفراد عينة الدراسة على الدرجة الكلية لمقياس فاعلية الذات وهو ما هو موضح بالجدول التالي:

جدول 2: يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للدرجة الكلية لأداء
أفراد العينة

العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	1,47	0,507	18	2,13	0,776	35	1,23	0,626
2	1,60	0,563	19	1,97	0,890	36	2,07	0,691
3	2,03	0,718	20	2,63	0,669	37	1,67	0,711
4	3,83	0,379	21	1,90	0,662	38	2,23	0,935
5	1,93	0,785	22	3,70	0,702	39	2,67	0,959
6	2,43	0,774	23	2,73	0,740	40	1,47	0,860
7	1,30	0,596	24	1,50	0,682	41	1,87	0,730
8	2,57	0,774	25	1,73	0,691	42	1,63	0,556
9	1,67	0,661	26	1,33	0,758	43	2,03	0,718
10	1,93	0,907	27	1,20	0,407	44	1,47	0,819
11	2,03	0,809	28	2,03	0,615	45	1,67	0,802
12	1,50	0,630	29	1,87	0,629	46	1,80	0,997
13	1,83	0,699	30	1,50	0,682	47	1,33	0,758
14	1,50	0,900	31	1,53	0,629	48	1,60	0,563
15	3,17	0,791	32	2,07	0,785	49	2,67	1,061
16	1,77	0,568	33	1,53	0,571	50	1,90	0,712
17	1,63	0,718	34	1,37	0,765	/	/	/
الدرجة الكليّة	1,924	0,7186						

يتضح من الجدول (2) بأن المتوسط الحسابي الكلي لفقرات أداة الدراسة هو (1,924) والانحراف المعياري (0,7186) مما يدل على مستوى متوسط من فاعلية الذات لدى طلبة الجامعة العاملين وهذا يدل على الرغم مما يواجهون من صعوبات إلا أنهم يتمتعون بقدر لا بأس به من فاعلية الذات، وإن المتوسطات الحسابية لفقرات المقياس تراوحت ما بين (1,20-3,83)، وبانحراف معياري (0,407-1,061)، وقد احتلت الفقرة التي تنص "أتمكن من حل المشاكل السهلة إذا بذلت الجهد المناسب" المرتبة الأولى بمتوسط حسابي مقداره (3,83) أما

الفقرة التي تنص "يصعب على الوصول إلى أهدافي وتحقيق غاياتي" فقد حصلت على المرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي وقدره (1,20) وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة يوسف (2016) وتختلف مع نتائج دراسة موسى (2017)

وتفسر هذه النتيجة أن طلبة الجامعة العاملين لديهم التزام نحو عملهم مما يترتب الغياب أحيانا عن الدراسة مما يؤثر على فاعليتهم ومع ذلك لديهم روح مسؤولية كبيرة تجعلهم يتحدون الصعاب ويبدلون مجهود أكبر للتوفيق بين العمل والدراسة من أجل تحقيق النجاح، حيث ترى ولاء سهيل يوسف (2016) أن الطلبة الذين يمتلكون مستوى مقبول من الفعالية الذاتية تنمو لديهم الإحساس بالمسؤولية الاجتماعية، حيث تكون القدرات عالية لديهم، وبالتالي يضعون أهداف طموحة أكاديمياً، ويسعون بكل جدية إلى تحقيقها، ويناضلون من أجل تحقيق الأهداف والغايات التي وضعوها لأنفسهم، ويكونون كذلك قادرين على حل مشكلاتهم بأنفسهم، واتخاذ القرارات الفعالة مبتغين بذلك هدف واحد وهو الوصول إلى النجاح وخدمة المجتمع

2- عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية:

تنص الفرضية الثانية على أنه: "توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجات فاعلية الذات لدى طلبة الجامعة العاملين تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية (متزوجين/غير متزوجين)"

وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم استخدام اختبار ت (T.test)، فيما يلي عرض النتائج التي أسفرت عنها المعالجة الإحصائية.

جدول 3: يوضح دلالة الفروق في فاعلية الذات لدى أفراد العينة وفقا لمتغير الحالة الاجتماعية (متزوج، غير متزوج) باستعمال الاختبار التائي T.test:

القرار	مستوى الدلالة الإحصائية	قيمة "ت"	غير المتزوجين		المتزوجين		
			الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	
لا توجد فروق ذات دلالة	0,7	0,3	14,25	97	10,28	95,64	فاعلية الذات

أظهرت نتائج الجدول (3) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجات فاعلية الذات لدى طلبة الجامعة العاملين تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية حيث تمثلت نتائج المتزوجين في (المتوسط الحسابي = 95,64، الانحراف المعياري=10,28) بينما تمثلت نتائج غير المتزوجين (المتوسط الحسابي=97، الانحراف المعياري=14,25)، وقيمة ت بلغت (0,30) والقيمة الاحتمالية بلغت (0,7) وهي غير دالة إحصائياً، مما يدل على أن طلبة الجامعة العاملين سواء متزوجين أو غير متزوجين لديهم مستويات متقاربة في فاعلية الذات، مما يؤكد على أن متغير الحالة الاجتماعية ليس متغيراً مؤثراً في ارتفاع أو انخفاض مستوى فاعلية الذات لديهم، واختلفت هذه النتائج مع نتائج دراسة عبدالله والعقاد (2008)

وتفسر هذه النتيجة على أن طلبة الجامعة العاملين لديهم من فاعلية الذات مستوى مقبول لا يتأثر بالزواج فهم يسعون إلى تحقيق النجاح بغض النظر على حالتهم الاجتماعية حسب بندورا (1997) نفلا عن (Barnett, 2014) فاعلية الذات تشير إلى المعتقدات في قدرات المرء على تنظيم وتنفيذ مسارات العمل المطلوبة لتحقيق إنجازات معينة

3- عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثالثة:

تنص الفرضية الثالثة على أنه: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات فاعلية الذات لدى طلبة الجامعة العاملين تعزى لمتغير التخصص (علم النفس/إعلام واتصال)"

وللتحقق من صحة الفرضية تم استخدام اختبار ت (T.test)، فيما يلي عرض النتائج التي أسفرت عنها المعالجة الإحصائية.

جدول 4: يوضح دلالة الفروق في فاعلية الذات لدى أفراد العينة وفقاً لمتغير التخصص (علم النفس/إعلام واتصال) باستعمال الاختبار التائي T.test:

القرار	مستوى الدلالة الإحصائية	قيمة ت	إعلام واتصال		علم النفس		
			الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	
لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية	0,69	0,39	10,01	95,23	13,50	97	فاعلية الذات

أظهرت نتائج الجدول (4) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجات فاعلية الذات لدى طلبة الجامعة العاملين تعزى لمتغير التخصص حيث تمثلت نتائج تخصص علم النفس في (المتوسط الحسابي=97، الانحراف المعياري=13,50) بينما تمثلت نتائج تخصص إعلام واتصال (المتوسط الحسابي=95,23، الانحراف المعياري=10,01)، وقيمة ت بلغت (0,39) والقيمة الاحتمالية بلغت (0,69) وهي غير دالة إحصائياً، مما يدل على أن طلبة كلية العلوم الانسانية والاجتماعية العاملين سواء الذين يدرسون تخصص علم النفس أو تخصص إعلام واتصال لديهم مستويات متقاربة من فاعلية الذات، وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة كل من دراسة موسى (2017)، بريجة (2015) والمصري (2011) واختلفت مع دراسة يوسف (2016)

تفسر هذه النتيجة على أن طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية العاملين بشكل عام وبغض النظر على تخصصاتهم لديهم مستويات متوسطة من فاعلية الذات والتي ظهرت من خلال نتائج الفرضية الأولى، لأن الطالب يجد ويجتهد لتحقيق هدفه وهو النجاح مهما كان تخصصه، مما يؤدي إلى عدم تأثير التخصص على فاعلية الذات، بالإضافة إلى ذلك هم طلبة واجهوا تحديات وضغوطات العمل زادت من خبراتهم حيث تعتبر هذه الأخيرة من مصادر

فاعلية الذات، يؤدي كل ذلك إلى نمو فاعلية الذات لديهم لمواجهة أي تحديات جديدة لتحقيق النجاح، حيث ذكر سايزر وآخرون (1987) نقلا عن (طبيي، 2011) أن: "فاعلية الذات مجموعة من التوقعات العامة التي يمتلكها الشخص، والتي تقوم على الخبرة الماضية، وتؤثر على توقعات النجاح في المواقف الجديدة".

10. خاتمة:

تشير فاعلية الذات إلى معتقدات الفرد في قدراته على تنظيم وتنفيذ المهام لتحقيق النجاح، ولفاعلية الذات مصادر عديدة؛ فخبرات الفرد تمثل مصدرا لفاعلية الذات التي تعمل على رفعها أو خفضها، بالإضافة إلى الانجازات الأدائية، الإقناع اللفظي، والاستثارة الانفعالية، كذلك تؤثر فاعلية الذات على العملية المعرفية وتحقيق الأهداف، وعلى الدافعية في مجالات الحياة الأكاديمية وعلى مساعدة الأفراد في التحكم في الضغوط الحياة ومواجهتها، وفي بحثنا هذا حاولنا التطرق إلى فاعلية الذات لدى عينة من طلبة الجامعة العاملين، وخلصت نتائج بحثنا أن فاعلية الذات لدى طلبة الجامعة العاملين ذات مستوى مقبول لا تؤثر فيها لا الحالة الاجتماعية ولا التخصص الدراسي، فهم طلبة يحاولون جاهدين التغلب على صعوبات العمل والدراسة ويسعون إلى التوفيق بينهما لتحقيق النجاح. في ضوء النتائج المتوصل إليها نقترح مجموعة من المقترحات:

- العمل على نشر ثقافة فاعلية الذات بين الأوساط الطلابية، ليزداد الوعي لديهم بتلك الطاقة الإيجابية التي تحثهم على النجاح
- ضرورة تدريب الطلبة على تنمية فاعلية الذات لديهم من خلال القيام بتدريبات وبرامج مخصصة لذلك من قبل نفسانيين
- وضع توقيت خاص بالطلبة العاملين لتسهيل حضورهم للدراسة، ومراعاة ظروف عملهم

قائمة المراجع:

1. أبو غالي، عطايف محمود، (2012)، فاعلية الذات وعلاقتها بضغوط الحياة لدى الطالبات المتزوجات في جامعة الأقصى، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، 20(1)، ص 619-654
2. بركان، سعاد، (2012)، أهمية فعالية الذات في إدارة الضغوط وتحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير في الإرشاد والصحة النفسية، جامعة الجزائر 2، الجزائر
3. بوشينة، صالح، (2018)، مستوى فاعلية الذات لدى المراهقين المصابين بداء السكري، مجلة الحوار المتوسطي، 9(3)، ص 340-356
4. بن بريجة، مصطفى، (2015)، القلق وعلاقته بفاعلية الذات لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي- دراسة ميدانية على عينة من تلاميذ ولاية غليزان، رسالة ماجستير في علم النفس المدرسي وتطبيقاته، جامعة مستغانم، الجزائر
5. بوسدر، صبرينة، (2013)، علاقة فاعلية الذات ومستوى الطموح بدافعية الانجاز الرياضي لدى الرياضي المصاب، أطروحة دكتوراه في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر 2
6. جابر، عبد الحميد جابر، (1999)، نظريات الشخصية: البناء-الدinاميات-النمو-طرق البحث-التقويم، دار النهضة العربية، مصر.
7. زرواتي، رشيد، (2008)، تدريبات على منهجية البحث العلمي في العلوم الاجتماعية، (ط3)، دار هومة، الجزائر
8. حجازي، جوتان حسن، (2013)، فاعلية الذات وعلاقتها بالتوافق المهني وجودة الأداء لدى معلمات غرف المصادر في المدارس الحكومية في الضفة الغربية، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، 9(4)، ص 419-433
9. طيبي، حكيم، (2011)، دور فاعلية الذات في التعامل مع مواقف الحياة الضاغطة وعلاقتها بسلوك التخزين لدى الطالب الجامعي-دراسة مقارنة، رسالة ماجستير في علم النفس الإرشاد والصحة النفسية، جامعة الجزائر 2، الجزائر
10. اليازدي، فاطمة الزهراء، وهندي، أسماء، (2017)، فاعلية الذات وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى عينة من طلبة السنة أولى جامعي، (2)، مجلة روافد، ص 215-246

11. يوسف، ولاء سهيل، (2016)، فاعلية الذات وعلاقتها بالمسؤولية الاجتماعية، رسالة ماجستير في علم النفس العام، جامعة دمشق، سوريا
12. موسى، أحمد حاج، (2017)، العلاقة بين الضغوط النفسية وفاعلية الذات لدى طلاب كلية التربية في جامعة البعث، مجلة جامعة البعث، 39(14)، ص11-44
13. منتصر، مسعودة، (2017)، فاعلية الذات وعلاقتها بقلق المستقبل لدى الطلبة المقبلين على التخرج دراسة ميدانية على طلبة السنة الثالثة جامعي والثانية ماستر علوم اجتماعية بجامعة الوادي، مجلة العلوم النفسية والتربوية، 5(1)، ص76-93
14. المصري، نيفين عبد الرحمن، (2011)، قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح الأكاديمي لدى عينة من طلبة جامعة الأزهر بغزة، رسالة ماجستير في علم النفس، جامعة الأزهر بغزة، فلسطين
15. عبد الله، هشام إبراهيم، العقاد، عصام عبد اللطيف عبد الهادي، (2008)، الذكاء الوجداني وعلاقته بفعالية الذات لدى عينة من طلاب الجامعة، مجلة علم النفس المعاصر والعلوم الانسانية، كلية الآداب جامعة المنيا، المجلد 9، ص1-65
16. العتيبي، بندر بن محمد حسن الزيايدي، (2008)، اتخاذ القرار وعلاقته بكل من فاعلية الذات والمساندة الاجتماعية لدى عينة من المرشدين الطلابيين بمحافظة الطائف، رسالة ماجستير، جامعة ام القرى، السعودية
17. شروخ، صلاح الدين، (2003)، منهجية البحث العلمي للجامعيين، دار العلوم، الجزائر
18. Bandura, A., (2010), Self-efficacy. In The Corsini Encyclopedia of Psychology (4th Ed. pp. 1534-1536). Hoboken, New Jersey: John Wiley & Sons, DOI: 10.1002/9780470479216
19. Barnett A., (2014), Self-Efficacy. In: Michalos A.C. (eds) Encyclopedia of Quality of Life and Well-Being Research, Springer, Dordrecht, https://doi.org/10.1007/978-94-007-0753-5_2631