توكيد الذات وعلاقته بكل من فاعلية الذات والضغوط النفسية لدى طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بمدينة الرياض

إعداد دكتورة:

هند عمر جعفر الدعجاني العتيبي

المستخلص:

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين توكيد الذات وفاعلية الذات والضغوط النفسية ،ومدى إسهام كلٍ من فاعلية الذات والضغوط النفسية في التنبؤ بتوكيد الذات لدى طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بمدينة الرياض في ضوء عددٍ من المتغيرات تمثلت في كلٍ من: (المستوى التعليمي، الحالة الإجتماعية، المستوى الإقتصادي)، وتكونت عينة الدراسة من (٥٣١) طالبة من طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بكافة مستويات التعليم الجامعي (المستوى الأولى إلى المستوى الثامن). وتم استخدام المنهج الوصفي بشقيه الارتباطي والمقارن، كما تم تطبيق كلٍ من: مقياس توكيد الذات (إعداد غريب، ١٩٩٥)، مقياس فاعلية الذات (إعداد العدل، ٢٠٠١)، مقياس مواقف الحياة الضاغطة (إعداد شقير، ٢٠٠٢). وتوصلت الدراسة لمجموعة من النتائج منها يوجد علاقة طردية ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) بين توكيد الذات وفاعلية الذات لدى طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، كما أشارت نتائج الدراسة وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) بين توكيد الذات والدرجة الكلية للضغوط النفسية وأبعادها الفرعية المتمثلة في (الضغوط الأسرية – الضغوط الاقتصادية – الضغوط الدراسية – الضغوط الاجتماعية – الضغوط الانفعالية – الضغوط الصحية – الضغوط الشخصية) لدى طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، كما توجد فروق لكل من متغيري (المستوى الدراسي – الحالة الاجتماعية) والتفاعل بين متغيرات (المستوى الدراسي ، المستوى الاقتصادي – المستوى الدراسي، الحالة

الاجتماعية – المستوى الاقتصادي ، الحالة الاجتماعية – المستوى الدراسي، المستوى الاقتصادي، الحالة الاجتماعية) على التباين في مقياس توكيد الذات لدى طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، كما أشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذو دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) لمتغير المستوى الاقتصادي على تباين الدرجات التي يحصل عليها أفراد المجموعات الفرعية على مقياس "توكيد الذات " المستخدم، وذلك لصالح الطالبات ممن مستواهن الاقتصادي يتراوح ما بين (٥٠٠٠ إلى أقل من ١٠٠٠٠ ريال).

الكلمات المفتاحية: توكيد الذات، فاعلية الذات، الضغوط النفسية.

Abstract:

The study aimed to find out the relation between Self-assurance, from one side, and self-efficacy and psychiatric pressures from the other side, as well as the extent of self-efficacy and psychiatric pressures contribution in predicting self-assurance of the female students of Imam Mohamed Bin Saud Islamic University in Riyadh city, this is to be found out in the light of a number of variables represented in (Educational level - social status - Economic Level). The study sample consisted of 531 female students of Imam Mohamed Bin Saud Islamic University at all levels of university education (first level to eighth level). The descriptive approach with its two sections: the correlative and the descriptive was used. Also, three scales were applied: self assurance scale (Gharib, 1995), self-efficacy scale (El Adl, 2001) and pressing life situations scale (Shaqir, 2002). The study reached a set of results, including There is a statistically significant direct relation at the level of (0,01) between self-assurance and self-efficacy of the female students at Imam Mohamed Bin Saud Islamic University, The results of the study revealed that there is a statistically significant inverse relation at the level of (0,01) between self-assurance and the total score of psychiatric pressures with their sub-types such as (family pressures- economic pressures - study pressures- social pressures- emotional pressures- health pressures- personal pressures) for the female students at Imam Mohamed Bin Saud Islamic University, and there

are no differences between the two variables (Educational level-social level) or the interaction between the variables of educational and economic-educational and social-economic and social-educational, economic and social levels has effect on the disparity of self-assurance scale of the female students at Imam Mohamed Bin Saud Islamic University, The results of the study revealed that there are statistically significant differences at the level of (0,01) for the economic level variable on the disparity of the marks achieved by the sub-group individuals on the self-assurance scale used, in favor of the female students whose economic level ranges between5000 and less than 10,000 SR.

Key words: Self-assurance, self-efficacy, psychiatric pressures.

أولًا: المقدمة:

أن نمط الحياة المتسارعة التي يعيشها الإنسان في العصر الحالي في ظل تداعيات عصر العولمة والثورة الرقمية الهائلة قد أظهرت العديد التغيرات في مجالات الحياة سواء الاجتماعية أو الاقتصادية والتي ربما أثرت بشكل أو بآخر على النواحي الفسيولوجية للإنسان، الأمر الذي يعكس ضرورة الوقوف على بعض مفاهيم أو مكونات الشخصية الإنسانية التي قد تُسهم في التفاعل مع هذه التداعيات والتغيرات بشكل يُمكن الإنسان من ممارسة حياته بشكل صحيح. ويعتبر مفهوم توكيد الذات من المفاهيم الحديثة التي تحظى باهتمام كثير من الباحثين في علم النفس، وخاصة في مجال الصحة النفسية وبرامج التدريب باعتباره مؤشراً هاماً من مؤشرات الصحة النفسية والكفاءة الشخصية في العلاقات الاجتماعية الناجحة، سواءً في الأسرة أو العمل وفي كافة مناحي الحياة المختلفة، حيث يرى عبدالستار (٢٠٠٠، ص ٢٥٨) أن المؤكدين لذواتهم أكثر كفاءة اجتماعية واستمتاعاً بحياتهم، وأكثر بعداً عن الإضطرابات النفسية والإنحرافات السلوكية، وأكثر إبداعاً وإنتاجاً في مجالات الحياة المختلفة، وأكثر ثقة بأنفسهم، وأكثر إنجازاً وفاعلية في علاقاتهم، وأكثر تحقيقا لأهدافهم بدون عدوان، ويحصدون الكثير من النجاحات من خلال علاقاتهم المشبعة

مع الآخرين من خلال ما يقدمونه لهم بصدق وأمانة.

ويُرجع دحاحة (٢٠٠٨) الاهتمام الكبير الذي يحظي به موضوع توكيد الذات، سواء على المستوى المدرسي، أو المستوى الحياتي، لما لها من أهمية كبيرة في مساعدة الأفراد على التصرف بمهارة اجتماعية، على اعتبار أنها تُنمي الذات، في حين التصرف بشكل غير مؤكد للذات يُعتبر هزيمة وإحباطًا لها، فالأشخاص المؤكدون لذواتهم يثقون بقدراتهم، ويمتلكون حسًا عامًا بالقدرة على الضبط، والعمل بأساليب واقعية ومنطقية، وعندما يتعرض الشخص المؤكد لذاته للفشل في تحقيق توقعاته، فإن ذلك لا يُؤثر على دافعيته، بل يسعى لتحقيق وإنجاز مهام أخرى، وعلى العكس من ذلك يكون عدم تأكيد الذات حيث يتمركز القلق والإحباط والإكتئاب والإضطراب الإنفعالي.

ويرى الفرماوي (١٩٩١) أن فاعلية الذات المدركة تنبثق من خلال تفاعل الفرد مع بيئته، وحسن توظيف إمكاناته المعرفية، ومهاراته الاجتماعية والسلوكية, حيث يعكس ذلك ثقة الفرد بنفسه وبما يدركه من قدرته على انجاز مهمة ما بنجاح. ويرى باجارير (Pajarer, 1996,p.546) أنه وفقاً للنظرية المعرفية الإجتماعية يتضح أن قدرات الفرد المدركة عن ذاته تتشكل من أنماط الأداء وإنجاز نتائج معينة، فقد تبيّن تصاحب فاعلية الفرد المُدركة عن ذاته إيجابياً وبقوة ثقته في تحقيق النجاح في المواقف المختلفة، التي تُشكل وتُؤثر قي سلوكه واختياراته، كما أن ما يُدركه الفرد عن فاعلية ذاته يُساعد على تحديد نشاط الفرد في موقف ما .

وتُعد الضغوط النفسية من المتغيرات ذات الأهمية الكبيرة في الحياة المعاصرة، ولقد أدركت المجتمعات الغربية الصناعية منها بالذات الأهمية القصوى لدراسة الضغط النفسي وذلك في تأثيره على الإنتاجية والعطاء. وقد سعت العديد من الدراسات والأبحاث العلمية الوقوف على العلاقة بين توكيد الذات وعلاقته بفاعلية الذات لدى الطلاب الجامعيين، خاصة وأن تلك المرحلة تُعد من المراحل المهمة في تشكيل شخصية الإنسان، ومنها دراسة نيوبي فراسر وسكليبوسك (Newby–Fraser

(&Schlebusch, 1997) التي أظهرت ارتباط توكيد الذات والأداء الاكاديمي للطلاب الجامعيين، كما أشارت دراسة بشير (٢٠١٦) إلى أن تنمية السلوك التوكيدي له أثر إيجابي في زيادة فاعلية الذات والكفاءة الأجتماعية، في حين أشارت دراسات أخرى إلى علاقة توكيد الذات بالضغوط النفسية ومنها دراسة فان جوندي (Van Gundy,K, 2002).

ونظرًا للأهمية التي يحظى بها موضوع توكيد الذات وأهمية في تشكيل الشخصية وقدرتها على القيام بأدوارها في مختلف المجالات، وعلاقتها بالعديد من المتغيرات النفسية الأخرى كالفاعلية الذاتية والضغط النفسية فإن الباحثة تسعى من خلال الدراسة الحالية إلى الوقوف على طبيعة توكيد الذات وعلاقتها بكل من فاعلية الذات والضغوط النفسية لدى طالبات المرحلة الجامعية.

ثانيًا: مشكلة الدراسة:

إن التغيرات السريعة والمتمثلة في الثورة المعرفية الهائلة في هذا العصر، التي لا يستطيع الإنسان ملاحقتها أو مواكبتها إلابعد بذل جهد كبير، يرى طريف (١٩٨٨) أنه قد تؤدي إلى إصابت الفرد بالتوت، وعدم الثقة بالنفس والتردد، وقد يكون من بين ضحايا هذا التغيير طلبة الجامعات، الذين تظهر الآثار السلبية النفسية عليهم (الضغوط النفسية)،الأمر الذي يستدعى الكشف عن مستوى توكيد الذات لديهم، وذلك بهدف تنمية ودعم ثقتهم بذاتهم (فاعلية الذات)، وتشجيعهم على التعبير عن آرائهم ومشاعرهم والمطالبة بحقوقهم، لكي يقوموا بالأدوار الاجتماعية الموكلة إليهم بثقة واقتدار (طريف، ١٩٨٨).

وقد كشفت نتائج دراسة أبو غالي (٢٠١٢) عن وجود علاقة ارتباطية سالبية بين فاعلية الذات وضغوط الحياة لدى طالبات الجامعة من المتزوجات، في حين أظهرت نتائج دراسة عبدالرحيم (٢٠١٢) وجود علاقة ارتباطية سالبية بين الضغوط النفسية ومستوى تقدير الذات لدى المرشدات الطلابيات، فيما توصلت دراسة ابن صبار (٢٠١٣) إلى عدم وجود علاقة بين الضغوط النفسية والمساندة الاجتماعية على

مستوى درجات طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية باختلاف متغير المستوى الدراسي،في حين كشفت نتائج دراسة لي وسيفتسي (Lee&Ciftci,2013) عن مدى الإرتباط بين توكيد الذات والمتغيرات الأخرى، وعلى الرغم من أهمية موضوع توكيد الذات إلا أن الدراسات العربية في هذا المجال لم تعره الاهتمام الكافي مما دعا الباحثة إلى القيام بهذه الدراسة، إلى جانب ندرة الدراسات التي أجريت في البيئة السعودية التي تناولت توكيد الذات وعلاقته بالمتغيرات فاعلية الذات والضغوط النفسية لدى الطالبات– على حد علم الباحثة –، وبناء على ما سبق تتحدد مشكلة الدراسة في الإجابة على التساؤل الرئيسي وهو: **ما طبيعة العلاقة الإرتباطية بين توكيد الذات وفاعلية الذات من جهة وتوكيد الذات والضغوط النفسية من جهة أخرى لدى طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بالرياض** ؟ وانطلاقًا من السؤال الرئيس السابق فإن هناك مجموعة من الأسئلة التي تسعى الدراسة إلى الإجابة عنها، وهي:

١. ما طبيعة العلاقة الإرتباطية بين توكيد الذات وفاعلية الذات لدى طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بالرياض؟
٢. ما طبيعة العلاقة الإرتباطية بين توكيد الذات والضغوط النفسية لدى طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بالرياض؟
٣. ما الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس "توكيد الذات"بين طالبات جامعة الإمام في ضوء متغيري:مستوى الدخل الاقتصادي للأسرة (مرتفع/منخفض)، والمستوى الدراسي(الأدنى/الأعلى) (الأول والثاني)، و(السابع والثامن الجامعي)؟
٤. ما الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس "فاعلية الذات"بين طالبات جامعة الإمام في ضوء متغيري: مستوى الدخل الاقتصادي للاسرة (مرتفع/منخفض)، والمستوى الدراسي(الأدنى/الأعلى) (الأول والثاني)، و(السابع والثامن الجامعي)؟
٥. ما الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس "الضغوط النفسية "بين

طالبات جامعة الإمام في ضوء متغيري:مستوى الدخل الاقتصادي للأسرة (مرتفع/منخفض) والمستوى الدراسي (الأدنى/الأعلى) (الأول والثاني)، و(السابع والثامن الجامعي)؟

ثالثًا: أهداف الدراسة:

١. فحص العلاقة الإرتباطية بين توكيد الذات وفاعلية الذات من جهة أخرى لدى طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية في مدينة الرياض .
٢. فحص العلاقة الإرتباطية بين توكيد الذات والضغوط النفسية لدى جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية في مدينة الرياض.
٣. التعرف على الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس "توكيد الذات"بين طالبات جامعة الإمام في ضوء متغيري: مستوى الدخل الاقتصادي للأسرة (مرتفع/منخفض)، والمستوى الدراسي (الأدنى/الأعلى) (الأول والثاني) و(السبع و الثامن الجامعي).
٤. التعرف على الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس "فاعلية الذات"بين طالبات جامعة الإمام في ضوء متغيري: مستوى الدخل الاقتصادي للاسرة (مرتفع/منخفض)، والمستوى الدراسي (الأدنى/الأعلى) (الأول والثاني) و(السابع والثامن الجامعي).
٥. التعرف على الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس "الضغوط النفسية "بين طالبات جامعة الإمام في ضوء متغيري: مستوى الدخل الاقتصادي للأسرة (مرتفع / منخفض)، والمستوى الدراسي (الأدنى / الأعلى) (الأول والثاني) و(السابع والثامن الجامعي).

رابعًا: أهمية الدراسة وأسباب إختيارها:

١. الأهمية النظرية:

- تسعى الدراسة الحالية إلى التأكيد على أهمية موضوع توكيد الذات كمصدر مهم للدعم النفسي لدى الأفراد، وعلاقته بكل من فاعلية الذات من ناحية والضغوط النفسية من جهة أخرى.
- إن إخضاع متغيرات الدراسة للبحث قد يُسهم في محاولة اقتراح الحلول المناسبة لرفع توكيد الذات لدى الطالبات، وزيادة دعم مفهوم فاعلية الذات الإيجابي لديهم.
- ترتبط أهمية الدراسة بأهمية توكيد الذات في توجيه أفعال الفرد في المواقف المختلفة، وتفسر الخبرات التي يمر بها، وتحدد توقعاته من نفسه والآخرين.

٢. الأهمية التطبيقية:

- تتطلع الدراسة أن تُشكل نتائجها نقطة انطلاق لمزيد من البحوث لإعداد برامج إرشادية تتضمن عدد من الأساليب والفنيات والاستراتيجات المقترحة التي تهدف إلى دعم مصادر توكيد الذات.
- تأمل الدراسة الحالية من خلال نتائجها المتوقعة في إعداد برامج إرشادية تدخليه للحد من الضغوط النفسية لدى الطلبة في مكافة المراحل التعليمية.
- تسعى الدراسة الحالية إلى المساهمة في إعداد برامج إرشادية تُساعد في تحسين فاعلية الذات المدركة لدى الطلبة، مما قد يُساعد على حسن استثمار طاقاتهم إلى أقصى درجة ممكنة.

خامسًا: مصطلحات الدراسة:

١. **توكيد الذات self-Assertiveness** : عرّف غريب (١٩٩٥، ص ٥) توكيد الذات بأنه " السلوك الذي يُمكن الشخص من التصرف بما فيه مصلحة، من أن يدافع عن نفسه بدون قلق غير ضروري، مما يجعله يُعبر بحرية عن المشاعر الصادقة وأن يٌعبر عن حقوقه الشخصية بدون أن يُنكر حقوق الآخرين". ويعرف

إجرائياً في الدراسة الحالية بأنه: الدرجة التي يحصل عليها المفحوصين على مقياس توكيد الذات.

٢. **فاعلية الذات Self-Efficacy**: عرف الفرماوي (١٩٩١، ص ٣٧٨) بأنها: "عملية استدلالية تشتق من مساهمات علاقية لكل من القدرة والعوامل التي لا تتصل بهذه القدرة، ومن أهمها الإدراكات الذاتية لهذه القدرة، وتتضح مدى هذه الفاعلية الذاتية عند الفرد في التوقعات التي تصدرها عن كيفية إداء المهمة، والنشاط المتضمن فيها وقدرته على التنبؤ بالمجهود اللازم والمثابرة في الأداء". ويُعرّف المصطلح إجرائياً في الدراسة الحالية بأنه: الدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة على مقياس فاعلية الذات.

٣. **الضغوط النفسية Stresses**: عرّف شقير (٢٠٠٢، ص ٤) الضغوط النفسية بأنها: "مجموعه من المصادر الخارجية والداخلية الضاغطة والتي يتعرض لها الفرد في حياته وينتج عنها ضعف قدرته على إحداث الاستجابة المناسبة للموقف، وما يصاحب ذلك من إضطرابات إنفعالية وفسيولوجية تؤثر على جوانب الشخصية الأخرى". ويعّرف المصطلح إجرائيا بأنها الدرجة التي تحصل عليها المفحوصة على مقياس الحياة الضاغطة.

سادسًا: محددات الدراسة:

١. **الحدود الموضوعية**: تتمثل الحدود الموضوعية في العلاقة بين توكيد الذات وكلٍ من فاعلية الذات والضغوط النفسية لدى طالبات الجامعة.

٢. **الحدود المكانية**: طُبقت الدراسة الحالية على ٩ كليات بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بمدينة الرياض.

٣. **الحدود الزمانية**: عُقدت الدراسة خلال العام الدراسي ١٤٣٩هـ، الموافق ٢٠١٧م.

سابعًا: الإطار النظري:

أ. توكيد الذات:

١. تعريف توكيد الذات: يعد مصطلح توكيد الذات من المصطلحات النفسية المهمة التي تحظى باهتمام متزايد من الباحثين في علم النفس وخاصة في ميدان الصحة النفسية باعتباره مؤشراً من مؤشرات الصحة النفسية والكفاءة الشخصية في العلاقات الاجتماعية الناجحة، سواء في الأسرة أو العمل وكافة مناحي الحياة، وقد حاولت التعريفات تفسير وتحليل توكيد الذات، ومن بينها تعريف الهجين (١٩٩٨، ص٥٣) " قدرة الفرد على التعبير عن آرائه ومعتقداته نحو الآخرين بطريقة مقبولة اجتماعياً، والدفاع عن الحقوق متضمنة في ذلك حق التعبير عن الذات دون المساس بحقوق الآخرين". كما عرّفه عبدالمعطي (٢٠٠١، ص ١٤٥) بأنه " القدرة على ضبط النفس بصورة تتيح للفرد حرية الإنفعال تجاه الأفراد والموضوعات للتعبير عن نفسه، والمطالبة بحقوقه تخفيفاً لحده التوتر والقلق النفسي لديه، مع مراعاة حقوق الآخرين".

٢. بعض النظريات المفسرة لتوكيد الذات:

(أ) النظرية السلوكية: يشير الشناوي وعبدالرحمن (١٩٩٤، ص ٥٣) إلى أن السلوكيين يروا سلوك الفرد خاضع لظروف البيئة فتصرفات الفرد سواء كانت سوية أم شاذة فهي من وجهة نظرهم سلوكيات متعلمة، والشخصية هي الأنماط المتسقة من السلوك أي أن تحديد شخصية فرد ما تتضح من خلال تحديد ما يفعله ومايقوم به من تصرفات لها صفة الاستقرار، ويوضح الحربي (١٤٢٤، ٨٩) أن سكنر أكد على أهمية دراسة السلوك الإنساني الذي يخضع للملاحظة، والذي يُمكن قياسه والتحكم فيه، فهو يرى أن سلوك الفرد محكوم في أي وقت بالكثير من الظروف المستقلة في جوهرها وعلى ذلك يجب ألا يتوقع الناس إدراك الكثير من الإتساق السلوكي من وقت إلى آخر .كما يرى أن علم النفس يجب أن يهتم بالسلوك الملاحظ ويهمل ما سواه فلا مجال لدراسة الذات فالذات في رأيه ما هي إلا عبارة عن خيال أو وهم في جوهرها.

ويذكر هول ولندزي (١٩٧١، ص ١٥٤) أن "ميد" يرى أن الذات للوعي أكثر منها نظامًا من العمليات وأن الذات لا يمكن لها أن تنشأ إلا في ظروف اجتماعية مناسبة، حيث تُوجد اتصالات اجتماعية جيدة، كما يُمكن أن تنشأ عدة ذوات تمثل كل منها مجموعة من الاستجابات مستقلة بدرجة أو بأخرى ومكتسبة من مختلف الجماعات الإجتماعية مثل الذات العائلية والذات المدرسية وذوات أخرى كثيرة.

(ب) التحليليون ومفهوم الذات:

(١) سيجموند فرويد: يعتبر سيديا (١٩٨٦ م، ص ٥٩) مفهوم الذات ضمنيًا في أعمال (سيجموند فرويد) إلا أن التأكيد على الأنا (Ego) قد أخفى مفهوم الذات ولم يسمح له بالظهور كمفهوم له أهميته في السلوك البشري، وتمثل الأنا عند فرويد كل ما هو سليم ومنطقي في الحياة العقلية بخلاف الهو(ID) المندفعة وغير المنطقية في مطلبه. كما أشار وقاش (١٩٨٦م، ١٣١) إلى أن فرويد لم يستخدم مفاهيم تأكيد الذات؛ بل استخدم مفاهيم أخرى للتعبير عن مشاعر أكثر قوة وتأثيرًا في الشخصية مثل كرة الذات وإدانة الذات ربما بسبب اهتمامه بالمظاهر الإكلينيكية لمفهوم"الذات "والواقع إن المقصود بمفهوم الذات ليس هو مفهوم الأنا عند " فرويد" فالأنا تشير إلى سلسلة من العمليات الذهنية التي يتعامل الفرد بواسطتها مع البيئة ومن ثم فهي تعمل على حماية مفهوم الذات وتقويته ولا تكون مفهوم الذات.

(٢) الفرد أدلر: إن الذات عند " أدلر " على مستوى شخصي عال وقد أشار سيديا (١٩٨٦م، ص٦١) إلى أن"أدلر" قد ركز على أن الشعور هو مركز الشخصية، ويرى أن الشخص كائن شعوري يستطيع أن يبرر سلوكه وقادر على تنظيم تصرفاته وأفعاله وتوجيهها بوعي كامل لما تضمنته بالنسبة لتحقيق ذاته الخاصة. وقد ذكر أبو طالب(١٩٨٩،٢٥) أن "أدلر" قد نادى بالذات الخلاقة والذات الموحدة والثابتة والخلاقة هي صاحبة السيادة في بناء الشخصية وهذه الذات، يصعب وصفها لكن وإن كان بالاستطاعة رؤية آثارها ونظرية الذات الخلاقة تعني في جوهرها أن الإنسان

قادر على بناء شخصيته، فهو يبنيها من المادة الخام.

٢. فاعلية الذات:

(أ) تعريف فاعلية الذات: تُعد فاعلية الذات من المفاهيم النفسية المهمة التي تُشكل سلوك الفرد، وتسهم في تحقيق أهدافه الشخصية، وقد عرفها المشيخي (٢٠٠٩، ص٦٦) بأنها "عبارة عن تقييم محدد السياق للكفاءة في أداء مهمة محددة والحكم على مقدرة الفرد على سلوكيات محددة والحكم على مقدرة الفرد على أداء سلوكيات محددة في مواقف معينة"، في حين عرفها العتيبي (١٤٢٩، ص ٨) بأنها: "ثقة الفرد الكامنة في قدراته خلال المواقف الجديدة، أو المواقف ذات المطالب الكثيرة وغير المألوفة، أوهي اعتقادات الفرد في قواه الشخصية، مع التركيز على الكفاءة في تفسير السلوك دون المصادرأو الاسباب الأخرى للتفاؤل".

(ب) بعض النظريات المفسرة لفاعلية الذات:

(١) **نظرية فاعلية الذات لباندورا:** يشير باندورا(Bandura,1986)،في كتابة أسس"التفكير والأداء: النظرية المعرفية الاجتماعية" بأن نظرية فاعلية الذات مشتقة من النظرية المعرفية الإجتماعية التي وضع أسسها، والتي أكد فيها بأن الأداء الإنساني يُمكن أن يُفسر من خلال المقارنه بين السلوك، ومختلف العوامل المعرفية، والشخصية، والبيئية، وقد أشار الجاسر (١٤٢٨، ص ٢٩-٣٠) إلى مجموعة من الافتراضات النظرية والمحددات المنهجية التي تقوم عليها النظرية المعرفية الاجتماعية، ومنه "يمتلك الأفراد القدرة على عمل الرموز والتي تسمح بإنشاء نماذج داخلية للتحقق من فاعلية التجارب قبل القيام بها، وتطوير مجموعة مبتكرة من الأفعال والإختبار الفرضي لهذه المجموعة من الأفعال من خلال التنبؤ بالنتائج والاتصال بين الأفكار المعقدة وتجارب الآخرين، وإن معظم أنواع السلوك ذات هدف معين، كما أنها موجهة عن طريق القدرة على التفكير المستقبلي، كالتنبؤ وهي تعتمد بشكل كبير على القدرة على عمل الرموز"

(٢) نظرية توقعات فاعلية الذات: يؤكد باندورا (Bandura, 1986) وجود نوعين من التوقعات يرتبطان بنظرية فاعلية الذات ولكل منهما تأثيراته القوية على السلوك الأول: التوقعات الخاصة بفاعلية الذات، والتوقعات المتعلقة بالنتائج. وفيما يتعلق بالتوقعات المرتبطة بفاعلية الذات فإنها تتعلق بإدراك الفرد بقدرته على القيام بأداء سلوك محدد، وهذه التوقعات يُمكنها أن تُساعد على تمكين الفرد من تحديد ما إذا كان قادرًا على القيام بسلوك معين أم لا في مهمة معينة، وتحدد مقدار الجهد المطلوب منه للقيام بهذا السلوك، وأن يحدد إلى أي حد يمكن لسلوكه أن يتغلب على العوائق الموجودة في هذه المهمة. والثاني وهو: التوقعات الخاصة بالنتائج فيعني الاعتقاد بأن النتائج يمكن أن تنتج من الانخراط في سلوك محدد، وقد أشار الجاسر (١٤٢٨) إلى أن العلاقة تظهر بوضوح بين توقعات النتائج وتحديد السلوك المناسب للقيام بمهمة معينة ،في حين أن التوقعات الخاصة بفاعلية الذات مرتبطة بشكل واضح بالتنبؤ بأفعال الفرد المستقبلية.

٣. الضغوط النفسية:

(أ) تعريف الضغوط النفسية: على الرغم من الكتابات العديدة حول مفهوم الضغط النفسي من جانب المهتمين بالصحة النفسية والبدنية، إلا أنه من الصعوبة صياغة تعريف موحد لمفهوم الضغط النفسي فهو لا يعني الشيء نفسه لهم جميعًا، إلا أن عسكر(٢٠٠٣، ص ٢٥) يرى أن العامل المشترك في تعريفات العديد من المهتمين والباحثين في المجالين المذكورين هي المسؤولية التي تقع على كاهل الشخص، وما يتبعه من استجابات من جانبه ليتكيف أو يتوافق مع التغيير الذي يواجهه, وبما أن التغيير هو إحدى الحقائق الثابتة في الحياة فإنه يمكن القول بأن التعرض للضغوط بدوره جزء من المعايشة اليومية للفرد، وقد عرّف السميران والمساعيد (٢٠١٤م، ص١٦) الضغط النفسي بأنه: "حالة نفسية معقدة لايمكن أن تكون فيها قاعدة واحدة للقياس .كحالة الانفعالات أو الدوافع ،والتي تتغير حسب الحالة والموقف والظروف

الإجتماعية،والتغيرات التي تحدث في المجتمع"،وعرّفه أيضًا عبيد (٢٠٠٨،ص٢١) بأنه"عبارة عن مجموعة من الأعراض تتزامن مع التعرض لموقف ضاغط، وهو استجابة غير محددة من الجسم نحو متطلبات البيئة،مثل التغير في الأسرة أو فقدان العمل أو الرحيل والتي تضع الفرد تحت الضغط النفسي".

(ب) بعض النماذج النظرية المفسرة للضغوط النفسية:

(١) نموذج ليفي وكاجان (LEVI & KAGAN, 1971): قام كل من (ليفي وكاجان ١٩٧١) بتطوير هذا النموذج من خلال قيامهما بالعديد من التجارب على المرضى محاولين تقديم بعض النماذج الخاصة بالعوامل الاجتماعية والنفسية المصاحبة للضغوط الخاصة ببعض الأمراض. ويتبلور الهدف الرئيسي من هذا النموذج في أن المثير النفسي الذي قد يتعرض له الفرد من قبيل التوتر والانفعال والكبت والقمع والكف قد تؤدي إلى تنشئة الضغوط لديه.

(٢) نموذج ماك جراث(Mcgrath: ١٩٧٦): أشار الرشيد،(١٤٢٠) إلى أن "ماك جراث" قد طوَّر تعريفًا عمليًا للضغط يقول: تكون هناك إمكانية لمعايشة ضغط عندما يُدرك الشخص موقفًا ما على إنه يمثل مطلبًا يهدد بأن يتفوق على قدراته وإمكانياته في الوفاء به. وكذلك عندما يكون من الضروري أن يفي الشخص بهذا المطلب. ويُقدم ماك جراث المعادلة التالية: "ض = ت ط–ق" حيث (ض) تُعبر عن كمية الضغط، أما(ط): تعبر عن المطالب المُدركة، و(ق) تُعبر عن القدرة المُدركة، و(ت)تُعبرعن أساليب التعامل مع الضغط.أي أن كمية الضغط التي يعايشها الشخص تكون دالة في تفوق المطلب الذي يُدركه الفرد واقعًا عليها وعن القدرة التي يُدرك أنها لديه أثناء التعامل مع هذا المطلب وأن لأساليب التعامل دورًا هامًا في هذه العلاقة.

ثامنًا: الدراسات السابقة:

أ. دراسات توكيد الذات وعلاقته بفعالية الذات من شرائح عمرية مختلفة:

بداية أجرى كل من نيوبي فراسر وسكليبوسك (Newby–Fraser &Schlebusch,

1997) دراستهما بهدف فحص دور كل من المساندة الاجتماعية، وفاعلية الذات، والتوكيدية كوسيط نفسي لخفض الشعور بالضغوط النفسية لدى طلاب الجامعة في الصف الأول الجامعي وقد تكونت عينة الدراسة من (٢٤٧) طالب جامعي بالصف الأول الدراسي، وبعد تحليل بيانات الدراسة إحصائياً، أشارت النتائج إلى أن أحداث الحياة والمواقف المؤلمة الضاغطة قد ارتبطت إيجابياً بأعراض الضغط النفسي، ليس بالأداء الأكاديمي، كما تبين أن المساندة الإجتماعية وفاعلية الذات قد ارتبطوا إيجابياً بالأداء الأكاديمي وأعراض التوافق النفسي، وأوضحت النتائج أيضا أن توكيدية الذات تلعب دورا غير مباشر في خفض الشعور بالضغوط النفسية عند مواجهة المواقف الضاغطة أو المؤلمة التي يواجهها أفراد العينة. وفي ، كما حاولت دراسة بويرازلي وآخرون (٢٠٠٢م، Poyrazli,S.,et al) فحص العلاقة الإرتباطية بين التوكيدية وفاعلية الذات الأكاديمية، وقد تكونت عينة الدراسة من (١٢٢) طالب من طلاب مرحلة البكالوريس بالجامعات الدولية، وبعد تحليل بيانات الدراسة إحصائياً توصلت الدراسة إلى نتائج تشير لإرتباط كل من التوكيدية وفاعلية الذات الأكاديمية إيجابياً بالتوافق النفسي العام لدى الطلاب،كذلك ارتبطت فاعلية الذات الأكاديمية إيجابياً بالتوكيدية بالسلوك التوكيدي لدى أفراد العينة من طلاب الجامعة من الجنسين. فيما سعت لي وسيفتسي (Lee & Ciftci ,٢٠١٣) بدراسة هدفت إلى فحص العلاقة بين توكيدية الذات والمساندة الإجتماعية وفعالية الذات الأكاديمية لدى طلاب الجامعة الأسيوية الدوليين ،وقد تكونت عينة الدراسة من عدد (٣٣٠)طالب جامعي آسيوي دولي والذين تم إجراء عليهم عدد من أدوات القياس النفسي، وبعد تحليل بيانات الدراسة إحصائيا توصل الباحثان إلى نتائج تشير إلى إرتباط توكيدية الذات إيجابيا بالتكيف مع الثقافة المجتمعية والتي مثلت فيها فاعلية الذات الأكاديمية دور الوسيط النفسي بين المتغيرين، ويعني ذلك أن فاعلية الذات الأكاديمية كانت الوسيط بين ارتباط توكيدية الذات إيجابياً بالتكيف مع الثقافة المجتمعية لدى طلاب الجامعة ذوي

الشخصية متعددة الثقافات. وأخيرًا سعت دراسة بشير (٢٠١٦) إلى التحقق من فاعلية برنامج إرشادي إنتقائي تكاملي لتنمية السلوك التوكيدي، والتحقق من أثر هذا البرنامج في زيادة كل من فاعلية الذات، والكفاءة الإجتماعية، والأداء الإكاديمي لطلاب المرحلة الثانوية وتكونت العينة (٢٤) طالبا من طلاب الصف الحادي عشر بمدرسة المنفلوطي الثانوية، وبعد تطبيق مقياس السلوك التوكيدي، وفاعلية الذات، والكفاءة الإجتماعية، وبعد تنفيذ اليرنامج أظهرت النتائج فاعلية البرنامج المستخدم في تنمية السلوك التوكيدي، ووجود أثر إيجابي لذلك في زيادة فاعلية الذات والكفاءة الإجتماعية، في حين لم تُظهر النتائج أثر للبرنامج على الأداء الأكاديمي لدى المشاركين .

ب. دراسات توكيد الذات وعلاقته بالضغوط النفسية من شرائح عمرية مختلفة.

أجرى فان جوندي (Van Gundy,K ,2002) دراسته بهدف فحص العلاقة الارتباطية بين توكيد الذات والضغوط النفسية لدى الراشدين الصغار من الجنسين، وما إذا كانت أحداث الحياة الضاغطة التي تواجه الراشدين الصغار من الممكن أن تُسبب مخرجات سلبية مثل الاكتئاب المرتفع ،والسلوك الإجرامي، وبعد تحليل بيانات الدراسة أسفرت النتائج عن أن أحداث الحياة الضاغطة التي تواجه الراشدين الصغار تسبب الاكتئاب المرتفع لدى الراشدين الصغار الإناث، أما لدى الذكور فتؤدي إلى السلوك الإجرامي، وقد تبين ارتباط توكيدية الذات سلبيا مع الشعور بالضغوط النفسية لدى أفراد العينة من الراشدين الصغار من الجنسين. كما قام كل من ليتسي وبارينز (Lightsey, &Barnes٢٠٠٧) بدراسة هدفت إلى فحص كل من فاعلية الذات العامة والتوكيدية كمنبئات للضغوط النفسية لدى الأفراد في الولايات المتحدة من أصل أفريقي وذلك بسبب العزو السببي السلبي للأفراد لأسباب مواقف اجتماعية متنوعة يواجهونها، فتفحصت الدراسة ما إذا كان كل من توكيد الذات وفاعلية الذات يمثلان الوسيط النفسي لشعور الأفراد بالضغوط النفسية، وقد أشارت نتائج الدراسة

إلى أن كل من فاعلية الذات العامة والتوكيدية قد ارتبطا سلبياً بالتنبؤ بالضغوط النفسية لدى أفراد العينة ،كذلك توسطت التوكيدية جزئيا العلاقة بين فاعلية الذات العامة والضغوط النفسية. كما قام كل من تافاكولي وآخرون (٢٠٠٩، Tavakoli,S.,et al) بدراسة هدفت إلى فحص فاعلية التدريب على التوكيدية في خفض الضغوط النفسية لدى الأفراد، وقد تكونت عينة الدراسة من (١١٨) طالباً دولياً من طلاب جامعة شمال أمريكا، وبعد خوض أفراد العينة الجلسات التدريبة أشارت النتائج أن التدريب على التوكيدية قد أثبت فاعلية إيجابية في خفض الضغوط والمشاعر والانفعالات السلبية لدى أفراد العينة من طلاب الجامعة، كما تبين الفاعلية الإيجابية للتدريب على توكيدية الذات في تنمية التوافق الانفعالي لدى أفراد العينة أيضا، أما دراسة عمارة (٢٠٠٩) فقد هدفت الى التعرف عن الفروق في الضغوط النفسية بين أبناء ضباط الشرطة والمدنيين، وعلاقة تلك الضغوط بكل من وجهة الضبط وتوكيد الذات لديهم، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي بطريقتية الارتباطي والمقارنة، وتتكون عينة الدراسة من (١٢٠) من أبناء ضباط الشرطة وأبناء المدنيين موزعين بالتساوي بين الذكور والإناث، وبعد تطبيق مقياس الضغوط النفسية للإبناء، ومقياس وجهة الضبط، مقياس توكيد الذات، أشارت نتائج الدراسة إلى أن هناك علاقة ارتباطيه موجبة ودالة إحصائيا عند مستوى (٠.٠٥) بين كل من الضغوط النفسية ووجهة الضبط الخارجية ،وكذلك وجود علاقة سالبة ودالة إحصائيا عند مستوى (٠,٠٥) بين الضغوط النفسية وتوكيد الذات وذلك لدى عينة أبناء ضباط الشرطة، بينما لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين كل من وجهة الضبط وتوكيد الذات لدى عينة أبناء ضباط الشرطة.

ج. دراسات تناولت العلاقة بين متغيرات الدراسة وعلاقتها بمتغيرات أخرى.

أجريت دراسة البرت باندورا (Bandura, 1999) بهدف التعرف على مدى تأثير فاعلية الذات على الاكتئاب لدى المراهقين، وبعد تطبيق المقاييس على عينة مكونة

من (٢٨١) ذكرًا وأنثى، توصلت النتائج أن المراهقين الذين لديهم فاعلية ذات إجتماعية عالية كان لديهم إنجاز أكاديمي أعلى ،وسلوك جانح أقل، ومستوى منخفض من الاكتئاب بالمقارنة بالآخرين ذوي فاعلية الذات الاجتماعية المنخفضة، كما كان لديهم مستوى أعلى من الاكتئاب، وأن الانخفاض في فاعلية الذات الإكاديمي وفاعلية الذات الاجتماعية يسهمان في ظهور الاكتئاب لدى المراهقين من خلال التأثير قي الانجاز الأكاديمي في السلوك البناء اجتماعيا. أما دراسة عبدالجواد (٢٠٠٦) فقد هدفت إلى تناول فاعلية الذات الإرشادية لدى الأخصائي النفسي المدرسي وعلاقتها بعوامل المناخ المدرسي، وقد تكونت العينة من (١٦٩) أخصائي نفسي مدرسي، وبعد تطبيق مقياس فاعلية الذات الإرشادية، واستبيان المناخ المدرسي توصلت النتائج إلى وجود ارتباط موجب ودال بين فاعلية الذات الإرشادية لدى الأخصائي النفسي المدرسي ومدركاته عن عوامل المناخ السائدة في المدرسة. في حين هدفت دراسة دخان والحجار (٢٠٠٦) إلى التعرف على مستوى الضغوط النفسية ومصادرها لدى طلبة الجامعة الإسلامية وعلاقته بمستوى الصلابة النفسية لديهم إضافة إلى تأثير بعض المتغيرات على الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة والصلابة النفسية لديهم وقد استخدم الباحثان المنهج الوصفي التحليلي، وقد تكونت عينة الدراسة من (541) طالبًا وطالبة، وبعد تطبيق استبانتين، الأولى لقياس الضغوط النفسية لدى الطلبة، الثانية لقياس مدى الصلابة النفسية لديهم، وتوصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الإسلامية باختلاف متغير الدخل الشهري للأسرة. أما دراسة البيسي (٢٠١٠) فقد هدفت الى اختبار مدى فاعلية برنامج إرشادي في تنمية فاعلية الذات لدى تلاميذ المؤسسات الإيوانية في مرحلة الطفولة المتأخرة .وتكونت العينة من (٢٠) طفل وطفلة، وبعد تطبيق مقياس فاعلية الذات والبرنامج الإرشادي توصلت النتائج إلى فاعلية البرنامج الإرشادي، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور

والإناث في فاعلية الذات. في حين هدفت دراسة أبو غالي (٢٠١٢) إلى الكشف عن العلاقة بين فاعلية الذات وضغوط الحياة لدى الطالبات المتزوجات في جامعة الاقصى، وقد تكونت العينة من (١٦٠) طالبة متزوجة في جامعة الأقصى، وبعد تطبيق مقياسي فاعلية الذات وضغوط الحياة، أظهرت نتائج الدراسة أن هناك علاقة ارتباطية سالبة بين فاعلية الذات وضغوط الحياة لدى الطالبات المتزوجات ،كما بينت نتائج الدراسة أن مستوى فاعلية الذات منخفض، بينما مستوى ضغوط الحياة مرتفع، كما أظهرت نتائج الدراسة أن مجال ضغوط الأبناء جاء في الترتيب الأول تلته على التوالي مجالات :ضغوط الزوج، وضغوط الدارسة، ثم ضغوط اقتصادية، فضغوط العلاقات الاجتماعية، كما أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق في ضغوط الحياة بين الطالبات المتزوجات من ذوات فاعلية الذات المرتفعه والمنخفضة لصالح ذوات فاعلية الذات المنخفضة، أما دراسة عبد الرحيم (٢٠١٢) فقد سعت الى التعرف على العلاقة بين الضغوط النفسية وتقدير الذات لدى المرشدات الطلابيات، وقد تكونت عينة البحث من (٣٩) مرشدة طلابية، تراوحت اعمارهن ما بين (٢٥–٤٥) سنة، وبعد تطبيق الباحثة قائمة الضغوط النفسية للمعلمين، واستبيان تقدير الشخصية (تقدير الذات)، أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين الضغوط ومستوى تقدير الذات لدى المرشدات الطلابيات عند مستوى دلالة ٠.٠١، وأجريت دراسة الشهراني (٢٠١٢) بهدف التعرف على المساندة الاجتماعية وتوكيد الذات لدى الطالبات الموهبات وغير الموهبات في المرحلة الثانوية بالمملكة العربية السعودية وعلاقتهما ببعض المتغيرات الديموغرافية، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي المقارن في هذه الدراسة، وقد تكونت العينة من (٢٧٢) طالبة، وبعد تتطبيق اختبار تورانس للتفكير الإبداعي ،واختبار القدرات العقلية لرافن، ومقياس توكيد الذات ،ومقياس المساندة الاجتماعية توصلت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى توكيد الذات لدى طالبات المرحلة الثانوية بالمملكة العربية

السعودية بإختلاف متغير الدخل الشهري للإسرة، أما دراسة ابن صبار(٢٠١٣) فقد هدفت بمحاولة التعرف على الضغوط النفسية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية والاكتئاب لدى طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، والفروق في درجات الطالبات على مقياس كل من الضغوط النفسية والمساندة الاجتماعية والاكتئاب طبقا لمتغير المستوى الدراسي (الأول والثامن)، وقد تكونت العينة من (٣٠٠) طالبة، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي، وبعد تطبيق مقياس ضغوط الحياة، ومقياس المساندة الاجتماعية، ومقياس الاكتئاب، توصلت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطالبات في الضغوط النفسية بإختلاف متغير المستوى الدراسي، وأخيرًا أجريت دراسة شعبان وحجازي(٢٠١٣) بهدف التعرف على علاقة التنشئة السياسية بتوكيد الذات للطفل الفلسطيني، وقد تكونت عينة الدراسة من(٥٠٠) طالبا وطالبة، وبعد تطبيق مقياس التنشئة السياسية، ومقياس توكيد الذات، توصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى توكيد الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية بإختلاف متغير المستوى الدراسي، لصالح طلبة الصف العاشر.

د. التعليق على الدراسات السابقة :

١. **من حيث الهدف:** تباينت الدراسات السابقة في الأهداف التي سعت لتحقيقها مع الدراسة الحالية، حيث أجريت جميع الدراسات بهدف كشف وتفسير العلاقات بين المتغيرات محل الدراسة (توكيد الذات، فاعلية الذات، الضغوط النفسية) وبين بعض المتغيرات الأخرى المختلفة، وذلك في محاولة لفهمها والاستفادة منها في تدعيم الجوانب النفسية لتنظيم منافعها في حياة الافراد، أو الحد من الضغوط النفسية والمواقف المؤلمة التي يمر بها الفرد في حياته اليومية. وقد اتفقت أهداف الدراسة الحالية مع بعض الدراسات فمنها ما هدف الى معرفة العلاقة بين توكيد الذات وفاعلية لذات كدراسة (نيوبي فراسروسكليبوسك ١٩٩٧)، ودراسة (بويرازلي وآخرون،

٢٠٠٢)، ودراسة (لي وسيفتسي ٢٠١٣)، ودراسة (بشير، ٢٠١٦)، ومنها ما هدف إلى معرفة العلاقة بين توكيد الذات والضغوط النفسية كدراسة (فان جوندي،٢٠٠٢م)، ودراسة (ليتسي وبارينز ٢٠٠٧)، ودراسة (تافا كولي وآخرون ٢٠٠٩)، و(عمارة،٢٠٠٩)، ودراسة (البيسي، ٢٠١٥). في حين اختلفت الدراسة الحالية مع بعض الدراسات الأخرى التي هدفت إلى إرتباط أحد المتغيرات الثلاثة (توكيد الذات، فاعلية الذات، الضغوط النفسية) بمتغيرات أخرى كدراسة البرت باندورا (Bandura, 1999)، و(دخان والحجار،٢٠٠٦)، و(عبدالجواد،٢٠٠٦)، و(البيسي،٢٠١٠)، و(أبوغالي، ٢٠١٢)، و(عبد الرحيم، ٢٠١٢)، و(الشهراني،٢٠١٢)، و(ابن صبار،٢٠١٣)، وشعبان وحجازي(٢٠١٣). كما أوضحت الدراسات السابقة أهمية متغيرات الدراسة الحالية وهي(توكيد الذات، فاعلية الذات، الضغوط النفسية) في علاقتها مع متغيرات أخرى، ومدى التأثر والتأثير المتبادل بينهما، مما يشير إلى أهمية دراسة هذه المتغيرات في محاولة للاستفادة منها في تدعيم مستويات توكيد الذات والصحة النفسية للإنسان. وقد هدفت الدراسة الحالية إلى إيجاد العلاقة الإرتباطية بين المتغيرات الثلاث (توكيد الذات، وفاعلية الذات، والضغوط النفسية)، وإمكانية التنبؤ بالتوكيدية من خلال فاعلية الذات والضغوط النفسية .

٢. **من حيث العينة وحجمها:** اتفقت الدراسة الحالية مع بعض الدراسات السابقة في نوع العينة المستخدمة؛ كدراسة (أبو غالي، ٢٠١٢)، و(عبد الرحيم، ٢٠١٢)، و(ابن صبار، ٢٠١٣)، ودراسة (بشير، ٢٠١٦)، حيث اقتصرت العينة على الإناث. في حين اختلفت الدراسة الحالية مع بعض الدراسات السابقة من حيث نوع العينة المستخدمة كدراسة كل من (ليتسي وبارينز، ٢٠٠٧)، و(لي وسيفتسي، ٢٠١٣)، و(تافاكولي وآخرون، ٢٠٠٩)، ودراسة (عبدالجواد، ٢٠٠٦). كما اختلفت مع بعض الدراسات كدراسة (نيوبي فراسروسلكيبوسك، ١٩٩٧)، و(بويرازلي وآخرون، ٢٠٠٢)،

و(فان جوندي، ٢٠٠٢)، (وعمارة ,٢٠٠٩م)، (البرت باندورا،١٩٩٩)، ودراسة (دخان والحجار، ٢٠٠٦)، و(البيسي، ٢٠١٠)، ودراسة (شعبان وحجازي، ٢٠١٣)، حيث قتصرت على عينة طلاب من الجنسين (الذكور والإناث). ومن حيث حجم العينة المستخدمة، فقد وجدت الباحثة أن السمة الغالبة في معظم الدراسات قد تكونت من عينات متوسطة وهذا ما يتفق مع الدراسة الحالية، ومن هذه الدراسات دراسة (دخان والحجار، ٢٠٠٦)، و(شعبان وحجازي، ٢٠١٣)، و(لي وسيفتسي ، ٢٠١٣)، ودراسة (نوبي فراسروسكليبوسك، ١٩٩٧)، وقد تراوحت العينة ما بين ٢٤٧-٥٤١ مفردة.

٣. **من حيث الأدوات:** تنوعت الأدوات المستخدمة في الدراسات السابقة؛ فمن الدراسات التي اعتمدت على المقاييس المعدة سابقاً استخدم قائمة بيانات توكيدية الذات ،واستبيان الصحة العامة، دراسة (عبدالجواد، ٢٠٠٦)، وكانت الأدوات هي مقياس فاعلية الذات الإرشادية، واستبيان المناخ المدرسي، ودراسة (عبد الرحيم، ٢٠١٢)، استخدمت قائمة الضغوط النفسية للمعلمين، واستبيان تقدير الشخصية (تقدير الذات)، ومنها ما أعتمد على إعداد إداة للدراسة كدراسة (دخان والحجار، ٢٠٠٦) واستخدتم استبانتين، الأولى لقياس الضغوط النفسية لدى الطلبة، الثانية لقياس مدى الصلابة النفسية لديهم، ودراسة (أبو غالي،٢٠١٢)، واستخدمت مقياسي فاعلية الذات وضغوط الحياة، ودراسة(شعبان وحجازي، ٢٠١٣) واستخدم مقياس التنشئة السياسية، ومقياس توكيد الذات، ودراسة (عمارة ,٢٠٠٩م) مقياس الضغوط النفسية للإبناء، مقياس وجهة الضبط، مقياس توكيد الذات إعداد غريب عبد الفتاح ١٩٩٥ الذي يتفق مع الدراسة الحالية في استخدام مقياس توكيد الذات.

هـ. **أوجه الاستفادة والتميّز:** وقد استفادت الباحثة من نتائج الدراسات السابقه وتوظيفها في حدود نطاق الدراسة الحالية، في حين تميّزت الدراسة الحالية أيضًا في تقنين أدوات الدراسة على المجتمع السعودي يمثل إضافه وإثراء للمكتبة العربية.

تاسعًا: فروض الدراسة:

أ. لا توجد علاقة إرتباطيه ذات دلالة إحصائية بين الدرجات التي تحصل عليها أفراد عينة الدراسة من طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية في مدينة الرياض على مقياس توكيد الذات وبين الدرجات التي حصلت عليها نفس العينة على مقياس فاعلية الذات.

ب. لا توجد علاقة إرتباطيه ذات دلالة إحصائية بين الدرجات التي تحصل عليها أفراد عينة الدراسة من طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية في مدينة الرياض على مقياس توكيد الذات وبين الدرجات التي حصلت عليها نفس العينة على مقياس الضغوط النفسية.

ج. لا يوجد فروق دالة إحصائياً لكل من متغيرات المستوى الدراسي ومستوى الدخل الاقتصادي للأسرة والتفاعل بينهما على تباين الدرجات التي يحصل عليها أفراد المجموعات الفرعية على مقياس "توكيد الذات " المستخدم.

د. لا يوجد فروق دالة إحصائياً لكل من متغيرات المستوى الدراسي ومستوى الدخل الاقتصادي للأسرة والتفاعل بينهما على تباين الدرجات التي يحصل عليها أفراد المجموعات الفرعية على مقياس "فاعلية الذات " المستخدم.

هـ. لا يوجد فروق دالة إحصائياً لكل من متغيرات المستوى الدراسي ومستوى الدخل الاقتصادي للأسرة والتفاعل بينهما على تباين الدرجات التي يحصل عليها أفراد المجموعات الفرعية على مقياس "الضغوط النفسية " المستخدم.

عشرًا: الطريقة والإجراءات:

أ. **منهج الدراسة:** وفقاً لطبيعة الدراسة الحالية، ومشكلتها، وأسئلتها، اعتمدت الباحثة في إجراءات هذه الدراسة على المنهج الوصفي (الارتباطي \المقارن) الذي يصف الظاهرة كما هي في الواقع ،بل ويفحص العلاقات الارتباطية بين متغيرات الدراسة وكذلك يسعى إلى اختبار الفروق بين أفراد العينات الفرعية للدراسة في ضوء عدد من

المتغيرات الوسيطة ذات العلاقة المحتملة .

ب. مجتمع الدراسة: يتمثل مجتمع الدراسة من طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بالرياض، والبالغ عددهن (٢٥٦١٥) طالبة، حسب إحصائية عمادة القبول والتسجيل بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية لعام١٤٣٧/١٤٣٨هـ، وموزعين على عدد(٩) كليات وهم: كلية الشريعة، واللغات، والترجمة، والعلوم الإجتماعية، والدعوة والإعلام، والإقتصادوالعلوم الإدارية، واللغة العربية، وأصول الدين، وعلوم الحاسب والمعلومات والعلوم.

ج. عينة الدراسة: تم اختيار عينة عشوائية قوامها (٥٣١) طالبة من طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بمدينة الرياض للعام الدراسي ١٤٣٧-١٤٣٨هـ، من المستويات الدراسية المختلفة (المستويات الأولية ، والمستويات العليا الجامعية)،وقد تم توزيعهم وفق متغيرات(المستوى الداسي، المستوى الاقتصادي، الحالة الاجتماعية)، وذلك على النحو التالي:

١. المستوى الدراسي:

جدول رقم (١) توزيع عينة الدراسة وفقاً لمتغير المستوى الدراسي

المستوى الدراسي	التكرارات	النسبة المئوية
الأول – الثاني	٢٦١	٤٩.٢
الثالث – الرابع	٥٢	٩.٨
الخامس – السادس	٣٦	٦.٨
السابع – الثامن	١٨٢	٣٤.٣
الإجمالي	٥٣١	١٠٠.٠

يتضح من خلال الجدول أن ما يقارب من نصف أفراد العينة (٢٦١) طالبة بنسبة (٤٩.٢٪) بالمستوى (الأول–الثاني)، في حين أن (١٨٢) طالبة بنسبة (٣٤.٣٪) بالمستوى (السابع–الثامن)، فيما هناك (٥٢) طالبة بنسبة (٩.٨٪) بالمستوى (الثالث–الرابع)، وهناك (٣٦) طالبة بنسبة (٦.٨٪) بالمستوى (الخامس – السادس).

٢. المستوى الاقتصادي:

جدول رقم (٢) توزيع عينة الدراسة وفقاً لمتغير المستوى الاقتصادي

	التكرارات	النسبة المئوية
أقل من ٥٠٠٠ ريال	٢٢٧	٤٢.٧
٥٠٠٠ – أقل من ١٠٠٠٠ ريال	١٢٦	٢٣.٧
١٠٠٠٠ ريال فأكثر	١٧٨	٣٣.٥
الإجمالي	٥٣١	١٠٠.٠

يتضح من خلال الجدول أن النسبة الأكبر من أفراد العينة المستوى الاقتصادي لهن (أقل من ٥٠٠٠ ريال) بتكرار (٢٢٧) طالبة وبنسبة (٤٢.٧٪)، في حين أن هناك (١٧٨) طالبة بنسبة (٣٣.٥٪) المستوى الاقتصادي لهن (١٠٠٠٠ ريال فأكثر)، كما أن هناك (١٢٦) طالبة بنسبة (٢٣.٧٪) يتراوح المستوى الاقتصادي لهن ما بين (٥٠٠٠ – أقل من ١٠٠٠٠ ريال).

٣. الحالة الاجتماعية:

جدول رقم (٣) توزيع عينة الدراسة وفقاً لمتغير الحالة الاجتماعية

	التكرارات	النسبة المئوية
غير متزوجة	٤٠٣	٧٥.٩
متزوجة	١٠٨	٢٠.٣
مطلقة	١٥	٢.٨
أرملة	٥	٠.٩
الإجمالي	٥٣١	١٠٠.٠

يتضح من خلال الجدول أن النسبة الأكبر من أفراد العينة غير متزوجات بتكرار (٤٠٣)طالبة وبنسبة (٧٥.٩٪)، في حين أن هناك (١٠٨) طالبة بنسبة (٢٠.٣٪) من المتزوجات، كما أن هناك (١٥) طالبة بنسبة (٢.٨٪) مطلقات، وهناك (٥) طالبات بنسبة (٠.٩٪) من الأرامل.

د. أدوات الدراسة:

١. **استمارة البيانات الأولية:** وهي من إعداد الباحثة .

٢. **مقاييس الدراسة:** مقياس "توكيد الذات" إعداد /غريب (١٩٩٥م)، ومقياس "فاعلية الذات" إعداد/ العدل (٢٠٠١م)، ومقياس "مواقف الحياة الضاغطة" إعداد/ شقير(٢٠٠٢م) علماً بأن الباحثة قامت بالتحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة على المجتمع السعودي، وذلك للتأكد من صلاحيتها للإستخدام والتطبيق على العينة الحالية من طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بالرياض، وذلك بالتحقق من صدق وثبات الأدوات بإستخدام الطرق الإحصائية المناسبة، وهذه الأدوات هي مقياس توكيد الذات، ومقياس فاعلية الذات، ومقياس مواقف الحياة الضاغطة .

(أ) صدق وثبات مقياس توكيد الذات في الدراسة الحالية:

(١) الصدق الداخلي لمقياس توكيد الذات: تم حساب معامل الارتباط بيرسون لمعرفة الصدق الداخلي للمقياس بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس بالدرجة الكلية للبُعد الذي تنتمي له العبارة، كما يوضح الجدول التالي:

الجدول رقم (٤) معاملات ارتباط بيرسون لمقياس توكيد الذات بالدرجة الكلية للمقياس (ن =٦٠)

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
١	٠.٨٢٤**	١٤	٠.٧٢٢**
٢	٠.٧٥٨**	١٥	٠.٧٦١**
٣	٠.٨٣٢**	١٦	٠.٥٧٨**
٤	٠.٧٧٩**	١٧	٠.٧٣٠**
٥	٠.٦٥٦**	١٨	٠.٨٠٥**
٦	٠.٨٠٦**	١٩	٠.٦٤٧**
٧	٠.٥٣٨**	٢٠	٠.٧٥٤**
٨	٠.٦٤٥**	٢١	٠.٧٢٧**
٩	٠.٦٦٦**	٢٢	٠.٧٢٤**
١٠	٠.٧٠٣**	٢٣	٠.٧٤١**
١١	٠.٦٨١**	٢٤	٠.٦٨٩**
١٢	٠.٥٦٥**	٢٥	٠.٧٠٨**
١٣	٠.٨٠٢**	–	–

** دال عند مستوى (٠.٠١)

يتضح من خلال الجدول أن جميع العبارات دالة عند مستوى (٠.٠١)، وهذا يعطي دلالة على ارتفاع معاملات الاتساق الداخلي، كما يشير إلى مؤشرات صدق مرتفعة وكافية يمكن الوثوق بها في تطبيق المقياس في الدراسة الحالية.

(٢) ثبات مقياس توكيد الذات: قامت الباحثة بقياس ثبات مقياس توكيد الذات باستخدام معامل ثبات الفاكرونباخ، والتجزئة النصفية، حيث أوضحت النتائج أن المقياس يتمتع بثبات مقبول إحصائياً بلغت قيمته(٠.٨٥٦)، والتجزئة النصفية (٠.٨٣٤)، وهي درجات ثبات عالية يمكن الوثوق بها في تطبيقه بالدراسة الحالية.

(ب) صدق وثبات مقياس فاعلية الذات في الدراسة الحالية:

(١) الصدق الداخلي لمقياس فاعلية الذات: تم حساب معامل الارتباط بيرسون لمعرفة الصدق الداخلي للمقياس بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس بالدرجة الكلية للبُعد الذي تنتمي له العبارة، كما يوضح الجداول:

الجدول رقم (٥) معاملات ارتباط بيرسون لمقياس فاعلية الذات بالدرجة الكلية للمقياس (ن =٦٠)

العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط
١	٠.٥٧٣**	١٤	٠.٦٣٨**	٢٧	٠.٥٩١**	٤٠	٠.٨٥٦**
٢	٠.٦٢٧**	١٥	٠.٤٦٨**	٢٨	٠.٦٢٥**	٤١	٠.٨٢٠**
٣	٠.٦٤٩**	١٦	٠.٥٧٢**	٢٩	٠.٦٣٨**	٤٢	٠.٧٥٨**
٤	٠.٥٨٠**	١٧	٠.٤٣٧**	٣٠	٠.٦٨٩**	٤٣	٠.٨٣٣**
٥	٠.٦٩٧**	١٨	٠.٥٣٦**	٣١	٠.٨٤٥**	٤٤	٠.٧٢٩**
٦	٠.٧٣٢**	١٩	٠.٥٦٤**	٣٢	٠.٧٩٢**	٤٥	٠.٧٤٦**
٧	٠.٦٤٤**	٢٠	٠.٤٣٩**	٣٣	٠.٧٨٤**	٤٦	٠.٨٣٣**
٨	٠.٦٨٥**	٢١	٠.٥٨٢**	٣٤	٠.٧٠٠**	٤٧	٠.٦٨٦**
٩	٠.٦٧٤**	٢٢	٠.٥٤٥**	٣٥	٠.٥٤٣**	٤٨	٠.٧٦٥**
١٠	٠.٧٥٦**	٢٣	٠.٦٠٠**	٣٦	٠.٦٩٧**	٤٩	٠.٨٤٥**
١١	٠.٧٣٨**	٢٤	٠.٦٦٩**	٣٧	٠.٥٤٥**	٥٠	٠.٧٠٥**
١٢	٠.٨٥١**	٢٥	٠.٧٢٤**	٣٨	٠.٦١٥**	–	٠.٨١١**
١٣	٠.٨٥١**	٢٦	٠.٧٢٤**	٣٩	٠.٥٧٧**	–	–

** دال عند مستوى (٠.٠١)

يتضح من خلال الجدول أن جميع العبارات دالة عند مستوى (٠.٠١)، وهذا يعطي دلالة على ارتفاع معاملات الاتساق الداخلي، كما يُشير إلى مؤشرات صدق مرتفعة وكافية يمكن الوثوق بها في تطبيق المقياس في الدراسة الحالية.

(٢) ثبات مقياس فاعلية الذات: قامت الباحثة بقياس ثبات مقياس فاعلية الذات باستخدام معامل ثبات الفاكرونباخ، والتجزئة النصفية، حيث أوضحت النتائج أن المقياس يتمتع بثبات مقبول إحصائياً بلغت قيمته (٠.٧٨٩)، والتجزئة النصفية (٠.٧١٥)، وهي درجات ثبات عالية يمكن الوثوق بها في تطبيقه الدراسة الحالية.

(ج) صدق وثبات مقياس مواقف الحياة الضاغطة في الدراسة الحالية:

(١) الصدق الداخلي لمقياس مواقف الحياة الضاغطة: تم حساب معامل الارتباط بيرسون لمعرفة الصدق الداخلي للمقياس بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي له العبارة، كما توضح الجداول التالية:

الجدول (٦) معاملات ارتباط بيرسون للضغوط (الأسرية – الاقتصادية – الدراسية – الاجتماعية) بالدرجة الكلية لكل بُعد (ن =٦٠)

الضغوط الأسرية		الضغوط الاقتصادية		الضغوط الدراسية		الضغوط الاجتماعية	
العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط
١	٠.١٧٢	٢	**٠.٥٥٢	٣	**٠.٥٢٥	٤	**٠.٣٦٤
٨	**٠.٦٢٧	٩	**٠.٥٦٠	١٠	**٠.٤٩٦	١١	**٠.٦١٤
١٥	**٠.٤٧٨	١٢٦	**٠.٥١٨	١٧	**٠.٦٦٥	١٨	**٠.٥٩٣
٢٢	**٠.٥٧٨	٢٣	**٠.٦٧٤	٢٤	**٠.٦٨٩	٢٥	**٠.٧٠٧
٢٩	**٠.٥٥٥	٣٠	**٠.٧٢٦	٣١	**٠.٥٠٦	٣٢	**٠.٧٠٠
٣٦	**٠.٥٣٨	٣٧	**٠.٧٨٩	٣٨	**٠.٥٩١	٣٩	**٠.٦٦٩
٤٣	**٠.٨٠٣	٤٤	**٠.٦٧٦	٤٥	**٠.٦٨٢	٤٦	**٠.٧٢١
٥٠	**٠.٥٩٦	٥١	**٠.٧٨٢	٥٢	**٠.٥٦٥	٥٣	**٠.٧٢١
٥٧	**٠.٥٤٤	٥٨	**٠.٥٦٨	٥٩	**٠.٤٠٤	٦٠	**٠.٥٦٢
٦٤	**٠.٤٩٥	٦٥	**٠.٥٢٠	٦٦	**٠.٥٨٤	٦٧	**٠.٦٤٠

** دال عند مستوى (٠.٠١)

جدول(٧) معاملات ارتباط بيرسون للضغوط (الانفعالية – الصحية– الشخصية) بالدرجة الكلية لكل بُعد (ن = ٦٠)

الضغوط الانفعالية		الضغوط الصحية		الضغوط الشخصية	
رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
٥	**٠.٤٦٥	٦	**٠.٣٦٦	٧	**٠.٦٥٦
١٢	**٠.٤١٦	١٣	**٠.٧٠٥	١٤	**٠.٦٧٦
١٩	**٠.٣٨٨	٢٠	**٠.٥٩٨	٢١	**٠.٧١٦
٢٦	**٠.٧٦٠	٢٧	**٠.٥٨٢	٢٨	**٠.٦٩٥
٣٣	**٠.٧٣٦	٣٤	**٠.٥٢٧	٣٥	**٠.٦٨٩
٤٠	**٠.٧١١	٤١	**٠.٤٣٤	٤٢	**٠.٦٩٥
٤٧	**٠.٥٨٢	٤٨	**٠.٥٤٨	٤٩	**٠.٦٧٢
٥٤	**٠.٥٢٨	٥٥	**٠.٦١٦	٥٦	**٠.٥٣٠
٦١	**٠.٦٧٥	٦٢	**٠.٦٠٥	٦٣	**٠.٧٤٩
٦٨	**٠.٦٣٤	٦٩	**٠.٦٤٧	٧٤	**٠.٣٧٠

** دال عند مستوى (٠.٠١)

جدول(٨)معاملات ارتباط بيرسون للضغوط لأبعاد مقياس مواقف الحياة الضاغطة بالدرجة الكلية للمقياس ن= ٦٠)

الأبعاد	معامل الارتباط
الضغوط الأسرية	**٠.٦٥٧
الضغوط الاقتصادية	**٠.٦٥٨
الضغوط الدراسية	**٠.٧٧٦
الضغوط الاجتماعية	**٠.٨٤١
الضغوط الانفعالية	**٠.٨٩١
الضغوط الصحية	**٠.٧٤٧
الضغوط الشخصية	**٠.٦٥٧

** دال عند مستوى (٠.٠١)

يتضح من خلال الجداول رقم (٦ ، ٧، ٨) أن جميع العبارات والأبعاد دالة عند مستوى (٠.٠١)، باستثناء الفقرة رقم (١)، وقد فضلت الباحثة الاحتفاظ بها، نظراً لارتفاع معامل الثبات للبُعد والدرجة الكلية للمقياس في وجودها، وهذا يُعطي دلالة على ارتفاع معاملات الاتساق الداخلي، كما يُشير إلى مؤشرات صدق مرتفعة وكافية يمكن الوثوق بها في تطبيق المقياس في الدراسة الحالية.

(٢) ثبات مقياس مواقف الحياة الضاغطة: قامت الباحثة بقياس ثبات مقياس مواقف الحياة الضاغطة باستخدام معامل ثبات الفاكرونباخ، والتجزئة النصفية، والجدول رقم (٩) يوضح معامل الثبات لأبعاد المقياس، وذلك على النحو التالي:

جدول رقم (٩) معامل ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية لقياس ثبات مقياس مواقف الحياة الضاغطة

الرقم	المحور	معامل الثبات	
		ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية
١	الضغوط الأسرية	٠.٧٣٩	٠.٧٣٨
٢	الضغوط الاقتصادية	٠.٨٣٠	٠.٧٥٠
٣	الضغوط الدراسية	٠.٧٦٥	٠.٧٨١
٤	الضغوط الاجتماعية	٠.٨٠٣	٠.٨٢٣
٥	الضغوط الانفعالية	٠.٧٨٧	٠.٨١٩
٦	الضغوط الصحية	٠.٧٧١	٠.٧٨٨
٧	الضغوط الشخصية	٠.٨٤٥	٠.٨٣٦
الثبات الكلي		٠.٩٠٧	٠.٨٠٢

يوضح الجدول (٩) أن المقياس يتمتع بثبات مقبول إحصائياً، حيث بلغت قيمته (٠.٩٠٧)، والتجزئة النصفية (٠.٨٠٢)، وهي درجات ثبات عالية، كما تراوحت معاملات ثبات الأداة ما بين (٠.٧٣٩، ٠.٨٤٥)، بمعامل ألفا كرونباخ، وتراوحت ما بين (٠.٧٣٨، ٠.٨٣٦) بالتجزئة النصفية، وهي معاملات ثبات مرتفعة يمكن الوثوق بها في تطبيق الدراسة الحالية.

هـ. أساليب تحليل البيانات: لتحقيق الهدف من الدراسة، والتأكد من صحة الفروض استخدمت الباحثة مجموعة من الأساليب الإحصائية وهي: التكرارات والنسب المئوية للتعرف على الخصائص الشخصية لأفراد الدراسة، ومعامل ارتباط بيرسون (pearson)؛ لحساب صدق الاتساق الداخلي لأدوات الدراسة، وكذلك للتعرف على العلاقة بين توكيد الذات وفاعلية الذات، وكذلك العلاقة بين توكيد الذات والضغوط النفسية لدى طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية في مدينة الرياض، كما تم استخدام معامل ألفاكرونباخ والتجزئة النصفية؛ لحساب معامل ثبات أدوات

الدراسة، وأخيرًا تم استخدام اختبار تحليل التباين المتعدد (MANOVA) للتعرف على مدى وجود تأثير لمتغيرات الدراسة (المستوى الدراسي / الإقتصادي/ الإجتماعي) على تباين الدرجات التي تحصل عليها الطالبات على مقاييس الدراسة (توكيد الذات – فاعلية الذات – الضغوط النفسية).

الثاني عشر: عرض نتائج البحث ومناقشته:

أ. **الفرض الأول:** "لا توجد علاقة إرتباطيه ذات دلالة إحصائية بين الدرجات التي تحصل عليها أفراد عينة الدراسة من طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية في مدينة الرياض على مقياس توكيد الذات وبين الدرجات التي تحصل عليها نفس الطالبات على مقياس فاعلية الذات".

جدول (١٠) نتائج معامل ارتباط بيرسون (Person Correlation) للعلاقة بين توكيد الذات وفاعلية الذات لدى طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية

معامل ارتباط بيرسون	٠.٥٢٨**
مستوى الدلالة	٠.٠٠١
عينة الدراسة	٠.٥٣١

** دال عند مستوى (٠.٠١)

يتضح من خلال الجدول أن هناك علاقة طردية ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) بين توكيد الذات وفاعلية الذات لدى طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، حيث بلغت قيمة معامل ارتباط بيروسون (٠.٥٢٨).

وتُشير النتيجة السابقة إلى أن زيادة مستوى توكيد الذات لدى الطالبات والمتمثل في قدرة الطالبة على التعبير عن ما تشعر به، وما يتمتع به الطلاب من علاقات جيدة مع الآخرين، إضافة إلى امتلاك الطالبة لأصدقاء مقربين يُمكنها مناقشة كل شئ تقريباً معهم؛ كل هذا يُسهم بدرجة كبيرة في زيادة مستوى فاعلية الذات لطالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.

وتعزو الباحثة ذلك إلى الدور الكبير الذي يؤديه توكيد الذات في حياة الطالبات من حيث كونه مؤشراً مهمًامن مؤشرات الصحة النفسية والكفاءة الشخصية في العلاقات

الاجتماعية سواءً في الأسرة أوالعمل وكافة مناحي الحياة المختلفة

ب. الفرض الثاني: "لا توجد علاقة إرتباطيه ذات دلالة إحصائية بين الدرجات التي تحصل عليها أفراد عينة الدراسة من طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية في مدينة الرياض على مقياس توكيد الذات وبين الدرجات التي تحصل عليها نفس الطالبات على مقياس الضغوط النفسية".

جدول (١١) نتائج معامل ارتباط بيرسون (Person Correlation) للعلاقة بين توكيد الذات والضغوط النفسية لدى طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية

	الضغوط النفسية	توكيد الذات
١	الضغوط الأسرية	-٠.٣٩٢**
٢	الضغوط الاقتصادية	-٠.٣٠٣**
٣	الضغوط الدراسية	-٠.٢٨٣**
٤	الضغوط الاجتماعية	-٠.٣٩٨**
٥	الضغوط الانفعالية	-٠.٤١٧**
٦	الضغوط الصحية	-٠.٤٥٢**
٧	الضغوط الشخصية	-٠.٢٦٨**
الدرجة الكلية للضغوط النفسية		-٠.٤٢٠**

** دال عند مستوى (٠.٠١)

يتضح من خلال الجدول أن هناك علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) بين توكيد الذات والدرجة الكلية للضغوط النفسية وأبعادها الفرعية المتمثلة في (الضغوط الأسرية – الضغوط الاقتصادية– الضغوط الدراسية – الضغوط الاجتماعية – الضغوط الانفعالية – الضغوط الصحية – الضغوط الشخصية) لدى طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، حيث بلغت قيمة معامل ارتباط بيروسون لتلك الأبعاد على التوالي (-٠.٣٩٢ ، -٠.٣٠٣ ، -٠.٢٨٣ ، -٣.٩٨ ، -٠.٤١٧ ، -٠.٤٥٢، -٠.٢٦٨)، وللدرجة الكلية (-٠.٤٢٠).

وتُشير النتيجة السابقة إلى أن زيادة مستوى توكيد الذات لدى الطالبات والمتمثل في: قدرة الطالبة على مواجهة المواقف المختلفة التي تمر بها، وكذلك قدرة الطالبة على بدأ الحديث مع شخص غريب، إضافة إلى قدرتها على التعبير عما بداخلها من حب

وعاطفة بسهولة؛ كل هذا يُسهم بدرجة كبيرة في انخفاض مستوى الضغوط النفسية لدى طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية. تعزو الباحثة ذلك إلى أن توكيد الذات يُساهم بدرجة كبيرة في ضبط النفس لدى الطالبات، بما يعكس مزيداً من القدرة لديهن على التحكم في انفعالاتهن، وبالتالي زيادة القدرة على مواجهة الضغوط التي قد يتعرضن لها. وقد اتفقت نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة كل من فان جوندي (Van Gundy,K ،2002)، ودراسة (ليتسي وبارينز، ٢٠٠٧)، و(عمارة، ٢٠٠٩م) ودراسة (عبد الرحيم، ٢٠١٢م). وتعزو الباحثة اتفاق الدراسات السابقة مع نتائج الدراسة الحالية وذلك يرجع إلى استخدام نفس المتغير توكيد الذات.

ج. **الفرض الثالث:**"لا يوجد تأثير دال إحصائياً لكل من متغيرات المستوى الدراسي والمستوى الاقتصادي/الاجتماعي للأسرة والتفاعل بينهما على تباين الدرجات التي يحصل عليها أفراد المجموعات الفرعية على مقياس "توكيد الذات" المستخدم.

جدول (١٢) نتائج تحليل التباين المتعدد (Manova) للكشف عن تأثير متغيرات المستوى الدراسي والمستوى الاقتصادي االاجتماعي للأسرة والتفاعل بينهما على تباين الدرجات التي يحصل عليها أفراد المجموعات الفرعية على مقياس "توكيد الذات " المستخدم

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
المستوى الدراسي	٤٧.٥٦٧	٣	١٥.٨٥٦	١.٣٨٩	٠.٢٤٥
المستوى الاقتصادي	١٤٥.٨٦٥	٢	٧٢.٩٣٣	٦.٣٨٧	٠.٠٠٢
الحالة الاجتماعية	٣٠.٧٠٩	٣	١٠.٢٣٦	٠.٨٩٦	٠.٤٤٣
المستوى الدراسي * المستوى الاقتصادي	٧٨.٩٨٦	٦	١٣.١٦٤	١.١٥٣	٠.٣٣٠
المستوى الدراسي * الحالة الاجتماعية	٦٨.٩٣٩	٧	٩.٨٤٨	٠.٨٦٣	٠.٥٣٦
المستوى الاقتصادي * الحالة الاجتماعية	٧٠.٧١٢	٤	١٧.٦٧٨	١.٥٤٨	٠.١٨٧
المستوى الدراسي * المستوى الاقتصادي * الحالة الاجتماعية	٥٧.٧٣٣	٨	٧.٢١٧	٠.٦٣٢	٠.٧٥١
الخطأ	٥٦٦٣.٥٠٧	٤٩٦	١١.٤١٨		
الإجمالي	١٢٨٤٠٥.٠	٥٣١			

يتضح من خلال الجدول أنه لا يوجد تأثير لكل من متغيري (المستوى الدراسي –

الحالة الاجتماعية) والتفاعل بين متغيرات (المستوى الدراسي، المستوى الاقتصادي – المستوى الدراسي، الحالة الاجتماعية – المستوى الاقتصادي، الحالة الاجتماعية – المستوى الدراسي، المستوى الاقتصادي، الحالة الاجتماعية) على التباين في مقياس توكيد الذات لدى طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، حيث بلغت قيمة مستوى الدلالة لتلك المتغيرات على التوالي (٠.٢٤٥ ، ٠.٤٤٣)، وللتفاعل بينها (٠.٣٣٠ ، ٠.٥٣٦، ٠.١٨٧ ، ٠.٧٥١)، وجميعها قيم أكبر من (٠.٠٥) أي غير دالة إحصائياً.

وتُشير النتيجة السابقة إلى أن توكيد الذات لدى الطالبات يتأثر بالعديد من الخصائص الفردية لديهن بصرف النظرعن حالتهن الاجتماعية أو مستواهن الدراسي، حيث يرى الشناوي وعبدالرحمن(١٩٩٤، ص٥٣) أن درجة توكيد الذات للفرد تتحدد بقدر خلوه من القلق بمعنى أنه إذا كان الفرد متمتعاً بصحة نفسية جيدة ساعد ذلك على نموه؛ فيكون تقديره لذاته، أو توكيده لذاته مرتفعاً والعكس صحيح. ويرى السلوكين أن سلوك الفرد خاضع لظروف البيئة فتصرفات الفرد سواء كانت سوية أم شاذة فهي من وجهة نظرهم سلوكيات متعلمة، والشخصية من وجهة نظر المدرسة السلوكية هي الأنماط المتسقة من السلوك أي أن تحديد شخصية فرد ما يتم من خلال تحديد ما يفعله وما يقوم به من تصرفات لها صفة الاستقرار. وتعزو الباحثة هذا الاختلاف الى اختلاف المستوى الدراسي(الصف العاشر من المرحلة الثانوية)، وجنس العينة (الذكور والاناث)في الدراسة السابقة ،اختلفت عن الدراسة الحالية حيث كان متغير المستوى الدراسي للمرحلة الجامعية ،وجنس العينه من الاناث. في حين أوضحت النتائج أن هناك تأثير ذو دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) لمتغير المستوى الاقتصادي على تباين الدرجات التي يحصل عليها أفراد المجموعات الفرعية على مقياس "توكيد الذات " المستخدم، حيث بلغت قيمة مستوى الدلالة (٠.٠٠٢)، ولمعرفة اتجاه الفروق ولصالح أي فئة من فئات متغير المستوى الاقتصادي، تم

استخدام اختبار أقل فرق معنوي (LSD)، وذلك كما يتضح من خلال الجدول التالي:

جدول رقم (١٣) توضح نتائج اختبار أقل فرق معنوي (LSD) لتوضيح تأثير متغير المستوى الاقتصادي على تباين الدرجات التي يحصل عليها أفراد المجموعات الفرعية على مقياس "توكيد الذات " المستخدم

المستوى الاقتصادي	ن	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	أقل من ٥٠٠٠ ريال	٥٠٠٠ إلى أقل من ١٠٠٠٠ ريال	١٠٠٠٠ ريال فأكثر
أقل من ٥٠٠٠ ريال	٢٢٧	١٤.٦٦	٣.٤٠	–	٠.٠٠٤**	٠.٠٣٥*
٥٠٠٠ إلى أقل من ١٠٠٠٠ ريال	١٢٦	١٥.٧٧	٣.٥٠		–	
١٠٠٠٠ ريال فأكثر	١٧٨	١٥.٣٨	٣.٣٨			–

** دال عند مستوى (٠.٠١) * دال عند مستوى (٠.٠٥)

يتضح من خلال الجدول أن الفروق جاءت بين الطالبات ممن مستواهن الاقتصادي (أقل من ٥٠٠٠ ريال)، والطالبات ممن مستواهن الاقتصادي (٥٠٠٠ إلى أقل من ١٠٠٠٠ريال–١٠٠٠٠ريال فأكثر)،وذلك لصالح الطالبات ممن مستواهن الاقتصادي يتراوح ما بين(٥٠٠٠ إلى أقل من١٠٠٠٠ ريال) بمتوسط درجات (١٥.٧٧).

وتُشير النتيجة السابقة إلى أن الطالبات ممن مستواهن الاقتصادي يتراوح ما بين (٥٠٠٠ إلى أقل من ١٠٠٠٠ ريال) لديهن مستوى أعلى من توكيد الذات. وتعزو الباحثة ذلك إلى أن المستوى الاقتصادي الجيد للطالبة ينعكس بصورة كبيرة على مختلف نواحي الحياة لديها؛ مما يجعلها أكثر استمتاعاً بالحياة من حولها، وهذا بدوره يُساعد على زيادة مستوى الثقة بالنفس لدى الطالبات، وبالتالي قدرتهن على توظيف امكاناتهن المعرفية ،ومهاراتهن الاجتماعية والسلوكية. وقد اختلفت نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة الشهراني (٢٠١٢م).

د. **الفرض الرابع**:"لا يوجد تأثير دال إحصائياً لكل من متغيرات المستوى الدراسي والمستوى الاقتصادي/الاجتماعي للأسرة والتفاعل بينهما على تباين الدرجات التي يحصل عليها أفراد المجموعات الفرعية على مقياس "فاعلية الذات " المستخدم".

جدول (١٤) نتائج تحليل التباين المتعدد (Manova) للكشف عن تأثير متغيرات المستوى الدراسي والمستوى

الاقتصادي \الاجتماعي للأسرة والتفاعل بينهما على تباين الدرجات التي يحصل عليها أفراد المجموعات الفرعية على مقياس "فاعلية الذات " المستخدم

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
المستوى الدراسي	١٧٢٩.٠٧٦	٣	٥٧٦.٣٥٩	٢.٥٥٩	٠.٠٥٤
المستوى الاقتصادي	٢١٩٥.٧٠٧	٢	١٠٩٧.٨٥٤	٤.٨٧٤	٠.٠٠٨
الحالة الاجتماعية	٥٧٧.٦١٧	٣	١٩٢.٥٣٩	٠.٨٥٥	٠.٤٦٥
المستوى الدراسي * المستوى الاقتصادي	٨٨١.٧٢٥	٦	١٤٦.٩٥٤	٠.٦٥٢	٠.٦٨٨
المستوى الدراسي * الحالة الاجتماعية	٩٠٦.٧٥٥	٧	١٢٩.٥٣٦	٠.٥٧٥	٠.٧٧٦
المستوى الاقتصادي * الحالة الاجتماعية	٩٥٦.١٠٢	٤	٢٣٩.٠٢٦	١.٠٦١	٠.٣٧٥
المستوى الدراسي * المستوى الاقتصادي * الحالة الاجتماعية	٥٧٠.٩١٤	٨	٧١.٣٦٤	٠.٣١٧	٠.٩٦٠
الخطأ	١١١٧٣١.٣٢١	٤٩٦	٢٢٥.٢٦٥		
الإجمالي	١٠٦٥٦١١٤.٠	٥٣١			

يتضح من خلال الجدول أنه لا يوجد تأثير لكل من متغيري (المستوى الدراسي – الحالة الاجتماعية) والتفاعل بين متغيرات (المستوى الدراسي، المستوى الاقتصادي – المستوى الدراسي، الحالة الاجتماعية – المستوى الاقتصادي، الحالة الاجتماعية – المستوى الدراسي، المستوى الاقتصادي، الحالة الاجتماعية) على التباين في مقياس فاعلية الذات لدى طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، حيث بلغت قيمة مستوى الدلالة لتلك المتغيرات على التوالي (٠.٠٥٤، ٠.٤٦٥)، وللتفاعل بينها (٠.٦٨٨، ٠.٧٧٦، ٠.٣٧٥، ٠.٩٦٠)، وجميعها قيم أكبر من (٠.٠٥) أي غير دالة إحصائياً.

تعزو الباحثة ذلك إلى أهمية فاعلية الذات لدى الطالبات على اختلاف مستواهن الدراسي وحالتهن الاجتماعية، حيث تُسهم فاعلية الذات بدرجة كبيرة في زيادة التوافق النفسي والانفعالي لديهن، بما يُسهم بدرجة كبيرة في زيادة قدرتهن على تحقيق أهدافهن الدراسية. وقد أوضحت نتائج الجدول أن هناك تأثير ذو دلالة إحصائية عند مستوى(٠.٠١) لمتغير المستوى الاقتصادي على تباين الدرجات التي يحصل عليها

أفراد المجموعات الفرعية على مقياس "فاعلية الذات"المستخدم، حيث بلغت قيمة مستوى الدلالة(٠.٠٠٨)،ولمعرفة اتجاه الفروق ولصالح أي فئة من فئات متغير المستوى الاقتصادي، تم استخدام اختبار أقل فرق معنوي(LSD)،وذلك كما يتضح من خلال الجدول رقم(١٥)، وذلك على النحو التالي:

جدول رقم (١٥) توضح نتائج اختبار أقل فرق معنوي (LSD) لتوضيح تأثير متغير المستوى الاقتصادي على تباين الدرجات التي يحصل عليها أفراد المجموعات الفرعية على مقياس "فاعلية الذات " المستخدم

المستوى الاقتصادي	ن	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	أقل من ٥٠٠٠ ريال	٥٠٠٠ إلى أقل من ١٠٠٠٠ ريال	١٠٠٠٠ ريال فأكثر
أقل من ٥٠٠٠ ريال	٢٢٧	١٣٨.٨٩	١٥.٩٨	–	٠.٠٠٧**	
٥٠٠٠ إلى أقل من ١٠٠٠٠ ريال	١٢٦	١٤٣.٥٨	١٣.٩٨		–	
١٠٠٠٠ ريال فأكثر	١٧٨	١٤١.٢٨	١٥.٨٣			–

** دال عند مستوى (٠.٠١)

يتضح من خلال الجدول أن الفروق جاءت بين الطالبات ممن مستواهن الاقتصادي (أقل من ٥٠٠٠ ريال)، وممن مستواهن الاقتصادي يتراوح ما بين (٥٠٠٠ إلى أقل من ١٠٠٠٠ ريال)، وذلك لصالح ممن مستواهن الاقتصادي يتراوح ما بين (٥٠٠٠ إلى أقل من ١٠٠٠٠ ريال)، بمتوسط درجات (١٤٣.٥٨).

وتُشير النتيجة السابقة إلى أن الطالبات ممن مستواهن الاقتصادي يتراوح ما بين (٥٠٠٠ إلى أقل من ١٠٠٠٠ ريال) لديهن مستوى أعلى من فاعلية الذات. وتعزو الباحثة ذلك إلى أن إدراك الطالبة بتوّفر الجانب الاقتصادي لديها يُسهم بدرجة كبيرة في زيادة مستوى الثقة بالنفس لديها، وقدرتها على أداء بعض المهام في مختلف المجالات، وهذا من شأنه أن يُسهم في زيادة مستوى فاعلية الذات لدى الطالبات. وهذا يتفق مع ما أشارت إليه نظرية فاعلية الذات على أساس الأحكام الصادرة من الفرد عن قدرته على القيام بسلوكيات معينة، والفاعلية الذاتية ليست مُجرد مشاعر عامة، ولكنها تقويم من جانب الفرد لذاته عما يستطيع القيام به، ومدى مثابرته،

وللجهد الذي سيبذله، ومرونته في التعامل مع المواقف الصعبة والمعقدة، وتحديه للصعاب ومقاومته للفشل (Bndura,1982:122).

هـ.الفرض الخامس:"لا يوجد تأثير دال إحصائياً لكل من متغيرات المستوى الدراسي ومستوى الدخل الاقتصادي للأسرة والتفاعل بينهما على تباين الدرجات التي يحصل عليها أفراد المجموعات الفرعية على مقياس "الضغوط النفسية" المستخدم.

جدول رقم (١٦) نتائج تحليل التباين المتعدد (Manova) للكشف عن تأثير متغيرات المستوى الدراسي ومستوى الدخل الاقتصادي للأسرة والتفاعل بينهما على تباين الدرجات التي يحصل عليها أفراد المجموعات الفرعية على مقياس "الضغوط النفسية" المستخدم

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
المستوى الدراسي	١٣٦٩٨.٢٢٤	٣	٤٥٦٦.٠٧٥	٣.٦٢٣	٠.٠١٣
المستوى الاقتصادي	١٠٦٥٧.٢٩٢	٢	٥٣٢٨.٦٤٦	٤.٢٢٨	٠.٠١٥
الحالة الاجتماعية	٦١٨٣.٣٠٤	٣	٢٠٦١.١٠١	١.٦٣٥	٠.١٨٠
المستوى الدراسي * المستوى الاقتصادي	٥٢٠١.٣١١	٦	٨٦٦.٨٨٥	٠.٦٨٨	٠.٦٦٠
المستوى الدراسي * الحالة الاجتماعية	١٥١٣٠.٠١٢	٧	٢١٦١.٤٣٠	١.٧١٥	٠.١٠٣
المستوى الاقتصادي * الحالة الاجتماعية	٥٥١٠.٦٩٨	٤	١٣٧٧.٦٧٤	١.٠٩٣	٠.٣٥٩
المستوى الدراسي * المستوى الاقتصادي * الحالة الاجتماعية	٩٦٧٦.٧٩٧	٨	١٢٠٩.٦٠٠	٠.٩٦٠	٠.٤٦٧
الخطأ	٦٢٥٠٨٠.١٥٥	٤٩٦	١٢٦٠.٢٤٢		
الإجمالي	٤٦٣١١٢٣.٠	٥٣١			

يتضح من خلال الجدول أنه لا يوجد تأثير لمتغير (الحالة الاجتماعية) والتفاعل بين متغيرات (المستوى الدراسي ، المستوى الاقتصادي – المستوى الدراسي، الحالة الاجتماعية – المستوى الاقتصادي ، الحالة الاجتماعية – المستوى الدراسي، المستوى الاقتصادي، الحالة الاجتماعية) على التباين في مقياس الضغوط النفسية لدى طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، حيث بلغت قيمة مستوى الدلالة لمتغير الحالة الاجتماعية (٠.١٨٠)، وللتفاعل بينها (٠.٦٦٠ ، ٠.١٠٣ ، ٠.٣٥٩ ، ٠.٤٦٧)، وجمعيها قيم أكبر من (٠.٠٥) أي غير دالة إحصائياً.

وتعزو الباحثة ذلك إلى أن الغالبية العظمى من أفراد الدراسة من غير المتزوجات، الأمر الذي يجعلهن متجانسات من حيث الضغوط التي يواجهنها، مما يجعلهن متقاربات في مستوى الضغوط فيما بينهن. في حين أوضحت النتائج أن هناك تأثير ذو دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) لمتغير (المستوى الدراسي) على تباين الدرجات التي يحصل عليها أفراد المجموعات الفرعية على مقياس "الضغوط النفسية " المستخدم، حيث بلغت قيمة مستوى الدلالة (٠.٠١٣)، ولمعرفة اتجاه الفروق ولصالح أي فئة من فئات متغير (المستوى الدراسي)، تم استخدام اختبار أقل فرق معنوي (LSD)، وذلك كما يتضح من خلال الجدولين رقم (١٧)، وذلك على النحو التالي:

جدول رقم (١٧) توضح نتائج اختبار أقل فرق معنوي (LSD) لتوضيح تأثير متغير المستوى الدراسي على تباين الدرجات التي يحصل عليها أفراد المجموعات الفرعية على مقياس "الضغوط النفسية" المستخدم

المستوى الدراسي	ن	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	الأول – الثاني	الثالث – الرابع	الخامس – السادس	السابع – الثامن
الأول – الثاني	٢٦١	٩٤.٠٦	٣٨.٥٤	–	٠.٠٠١**	٠.٠٠١**	٠.٠٠١**
الثالث – الرابع	٥٢	٦٧.٧١	٣٢.٧٥		–		
الخامس – السادس	٣٦	٧٠.٠٠	٢٨.٩٨			–	
السابع – الثامن	١٨٢	٧٩.٩٠	٣٨.٩٧				–

** دال عند مستوى (٠.٠١)

تضح من خلال الجدول أن الفروق جاءت بين الطالبات ممن بالمستوى، والطالبات بالمستويات الأخرى (الثالث – الرابع ، الخامس – السادس ، السابع – الثامن) وذلك لصالح الطالبات بالمستوى (الأول – الثاني) بمتوسط درجات (٩٤.٠٦).

تُشير النتيجة السابقة إلى أن الطالبات المستوى (الأول – الثاني) لديهن مستوى أعلى من الضغوط النفسية، وتعزو الباحثة ذلك إلى أن الطالبات بالمستويات الدنيا (الأول – الثاني) يواجههن العديد من الضغوط منها ما يتعلق بالبيئة التعليمية الجديدة عليهن وصعوبة التكيف معها، ومنها ما يتعلق بالمواد الدراسية؛ كل هذا يُسهم بدرجة كبيرة

في زيادة مستوى الضغوط النفسية لديهن. وتتفق النتيجة السابقة مع ما أشار إليه نموذج ماك جراث (Mcgrath,1976) في حين اختلفت نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة كل من (دخان والحجار، ٢٠٠٦) و(ابن صبار، ٢٠١٣). كما بينت النتائج أن هناك تأثير ذو دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) لمتغير (المستوى الاقتصادي) على تباين الدرجات التي يحصل عليها أفراد المجموعات الفرعية على مقياس "الضغوط النفسية" المستخدم، حيث بلغت قيمة مستوى الدلالة للمتغيرين على التوالي (٠.٠١٥)، ولمعرفة اتجاه الفروق ولصالح أي فئة من فئات متغير (المستوى الاقتصادي)، تم استخدام اختبار أقل فرق معنوي (LSD)، وذلك كما يتضح من خلال الجدول التالي:

جدول رقم (١٨) توضح نتائج اختبار أقل فرق معنوي (LSD) لتوضيح تأثير متغير المستوى الاقتصادي على تباين الدرجات التي يحصل عليها أفراد المجموعات الفرعية على مقياس "الضغوط النفسية" المستخدم

المستوى الاقتصادي	ن	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	أقل من ٥٠٠٠ ريال	٥٠٠٠ إلى أقل من ١٠٠٠٠ ريال	١٠٠٠٠ ريال فأكثر
أقل من ٥٠٠٠ ريال	٢٢٧	٩٣.٥٩	٤٠.١٦	–	٠.٠٠١**	٠.٠٠١**
٥٠٠٠ إلى أقل من ١٠٠٠٠ ريال	١٢٦	٧٨.٢٢	٣٦.٢٤		–	
١٠٠٠٠ ريال فأكثر	١٧٨	٧٨.٨٣	٣٦.٦٠			–

** دال عند مستوى (٠.٠١)

يتضح من خلال الجدول أن الفروق جاءت بين الطالبات ممن مستواهن الاقتصادي (أقل من ٥٠٠٠ ريال)، والطالبات ممن مستواهن الاقتصادي (٥٠٠٠ إلى أقل من ١٠٠٠٠ ريال – ١٠٠٠٠ ريال فأكثر)، وذلك لصالح الطالبات ممن مستواهن الاقتصادي (أقل من ٥٠٠٠ ريال)، بمتوسط درجات (٩٣.٥٩).

وتُشير النتيجة السابقة إلى أن الطالبات ممن مستواهن الاقتصادي (أقل من ٥٠٠٠ ريال) لديهن مستوى أعلى من الضغوط النفسية، وتعزو الباحثة ذلك إلى التأثير الكبير للنواحي الاقتصادية على الطالبات سواء فيما يتعلق بالنواحي الدراسية أو كافة

متطلبات الحياة الأخرى، حيث أن ضعف الإمكانات المادية للأسرة يحّد من القدرة على توفير كافة المتطلبات الدراسية للطالبة، إضافة إلى التأثير النفسي على الطالبة من حيث الخوف من عدم القدرة على الظهور بمظهر جيد سواء فيما يتعلق بالمظهر الخارجي، أو فيما يتعلق بالنفقات الشخصية مع زميلاتها؛ كل هذا من شأنه أن يُسهم في زيادة مستوى الضغوط النفسية لدى الطالبات. وهذا يتفق مع ما أشار إليه نموذج ليفي وكاجان (Levi & Kagan, 1971)، حيث أنه وفقًا لهذا النموذج فأن المثير النفسي الذي قد يتعرض له الفرد من قبيل التوتر والانفعال والكبت والقمع والكف قد تؤدي إلى تنشئة الضغوط لديه. وقد اختلفت نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة (دخان والحجار، ٢٠٠٦). وبذلك تم قبول الفرض الصفري والذي ينص على أنه "لا يوجد فروق داله إحصائياً لكل من متغيرات المستوى الدراسي والمستوى الاقتصادي الاجتماعي للأسرة والتفاعل بينهما على تباين الدرجات التي يحصل عليها أفراد المجموعات الفرعية على مقياس "الضغوط النفسية" المستخدم" ورفض الفرض البديل.

الثالث عشر: توصيات الدراسة:

١. العمل على تقديم برامج ترفع من مستوى فاعلية الذات لدى طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.
٢. إقامة لقاءات مفتوحة مع الطالبات للتعرف على أبرز المشكلات التي تواجههن، ومحاولة التوصل إلى حلول لها، والعمل على عدم تكرارها.
٣. إهتمام الإرشاد الطلابي والنفسي بالجامعة بالتواصل مع الطالبات، وتقديم حلول للمشاكل التي تواجههن.

الرابع عشر: مقترحات الدراسة:

١. إجراء دراسة مماثلة تتناول توكيد الذات وعلاقته بكل من فاعلية الذات والضغوط النفسية لدى طالبات جامعة أخرى وبمُدن أخرى.
٢. إجراء دراسة تتناول توكيد الذات وعلاقته بالذكاء الروحي/ العاطفي لدى طالبات

جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.

المراجع العربية:

ابن صبار، الجوهرة (٢٠١٣). **الضغوط النفسية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية والاكتئاب لدى طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.** رسالة ماجستير غير منشورة. كلية العلوم الإجتماعية جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، الرياض.

أبو طالب، محمد (١٩٨٩). **دراسة مقارنة لمفهوم الذات ومستوى الطموح والتحصيل الدراسي لدى طلاب الصف الثالث الثانوي بقسميه العلمي والأدبي بمنطقة صبياء**. رسالة ماجستير غير منشورة.كلية التربية. جامعة أم القرى، مكة المكرمة.

أبو غالي، عطاف (٢٠١٢). فاعلية الذات وعلاقتها بضغوط الحياة لدى الطالبات المتزوجات في جامعة الأقصى. **مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية كلية التربية جامعة الأقصى**، (٢٠)، ص ص ٦١٩-٦٥٤.

بشير، فايز (٢٠١٦). **فاعلية برنامج لتنمية السلوك التوكيدى وأثره فى زيادة فاعلية الذات والكفاءة الاجتماعية والأداء الأكاديمى لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظات غزة.** رسالة دكتوراه منشورة. معهد البحوث والدراسات العربية. مصر.

البيسي، داليا (٢٠١٠). **برنامج إرشادي لتنمية فاعلية الذات لدى تلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الإساسي المودعين بالمؤسسات الايوانية: دراسة تجريبية.** رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية. جامعة المنصوره، مصر.

الجاسر، البندري (١٤٢٨). **الذكاء الانفعالى وعلاقته بكل من فاعلية الذات وادراك القبول – الرفض الوالدي لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة أم القرى.** رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة أم القرى، مكة المكرمة .

الحربي، عواض (١٤٢٤). "**العلاقة بين مفهوم الذات والسلوك العدواني لدى الطلاب الصم.** رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة نايف العربية للعلوم الامنية، الرياض.

دحادحة، باسم (٢٠٠٨). فعالية برنامج إرشادي جمعي في تفنيد الأفكار اللاعقلانية وتأكيد الذات في خفض مستوى الاكتئاب وتحسين مفهوم الذات لدى الطلبة المكتئبين. **مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والإنسانية والاجتماعية**، ٢٠(١)، ١٣-٨١.

دخان، نبيل؛ والحجار، بشير (٢٠٠٦). الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الإسلامية وعلاقتها بالصلابة النفسية لديهم. م**جلة الجامعة الإسلامية للبحوث الإنسانية**، ١٤ (٢)، ص ص ٣٦٩-٣٦٨.

السميران، ثامر؛ والمساعيد، عبد الكريم (٢٠١٤). **سيكولوجية الضغوط النفسية وأساليب التعامل معها**. عمان: دار ومكتبة الحامد للنشر والتوزيع.

سيديا، عبد الرحمن (١٩٨٦). **العلاقة بين مصدر الضغط ومفهوم الذات لدى الطالب الجامعي**. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية. جامعة الملك سعود، الرياض.

شعبان، خالد؛ وحجازي، غادة (٢٠١٣). التنشئة السياسية وعلاقتها بتوكيد الذات لدى طلبة المدارس الثانوية بمحافظة رفح. **مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية**، ١١(٣)، ص ص٧٥-١٠٥.

شقير، زينب (٢٠٠٢). **مقياس مواقف الحياة الضاغطة في البيئة العربية (مصرية/سعودية)**. (ط٢). القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.

الشناوي، محمد؛ عبد الرحمن، محمد (١٩٩٤). **المساندة الاجتماعية والصحة النفسية مراجعة نظرية ودراسات تطبيقية**. القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.

الشهراني، عائشة (٢٠١٢). **المساندة الاجتماعية وتوكيد الذات لدى الطالبات الموهوبات والغير موهوبات في المرحلة الثانوية بالمملكة العربية السعودية وعلاقتها بعض المتغيرات الديموغرافية**. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية الدراسات العليا. جامعة الخليج العربي، البحرين.

طريف، شوقي (١٩٨٨). **أبعاد السلوك التوكيدي**. رسالة دكتوراة غير منشورة. كلية الآداب. جامعة القاهرة، مصر.

عبد الرحيم، سماح (٢٠١٢). **الضغوط النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى المرشدات الطلابيات**. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية. جامعة طيبة، المدينة المنورة .

عبد المعطي،حسن(٢٠٠٦).**ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها**.القاهرة:مكتبة زهراء

عبدالجواد، أحمد (٢٠٠٦). **فاعلية الذات الإرشادية لدى الأخصائي النفسي المدرسي وعلاقتها ببعض عوامل المناخ المدرسي**. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة الفيوم،

مصر.

عبدالستار، ابراهيم (٢٠٠٠).**العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث. (ط ٢). القاهرة:** دار الفكر.

عبيد، ماجدة (٢٠٠٨). **الضغط النفسي ومشكلاته وأثرة على الصحة النفسية.** عمان: دارصفاء للنشر والتوزيع.

العتيبي، بندر(١٤٢٩). **اتخاذ القرار وعلاقته بكل من فاعلية الذات والمساندة الاجتماعية لدى عينة من المرشدين الطلابين بمحافظة الطائف،** رسالة ماجستير.كلية التربية، جامعة أم القرى .

العدل، عادل (٢٠٠١). تحليل المسار للعلاقة بين مكونات القدرة على حل المشكلات الاجتماعية وكل من فعالية الذات والاتجاه نحو المخاطرة. **مجلة كلية التربية جامعة عين شمس،** ١(٢٥)، ص ص ١٢١-١٧٨.

عسكر، علي (٢٠٠٣). **ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها.** الكويت: دار الكتاب.

عمارة، منى (٢٠٠٩). **الضغوط النفسية وعلاقتها بوجهة الضبط وتوكيد الذات دراسة مقارنة لدى أبناء ضباط الشرطة والمدنيين.** رسالة دكتوراه غير منشورة. معهد الدراسات العليا للطفولة. جامعة عين الشمس، مصر.

غريب،غريب (١٩٩٥). **مقياس توكيد الذات. (ط ٢).** القاهرة: مكتبة الإنجلو.

الفرماوي، حمدي (١٩٩١). توقعات الفاعلية الذاتية وسمات الشخصية لدى طلاب الجامعة. **مجلة كلية التربية جامعة المنصورة،** ٢ (١٤)، ص ص ٣٧١ -٤٠٨.

المشيخي،غالب(١٤٣٠). **قلق المستقبل وعلاقتة بكل من فعالية الذات ومستوى الطموح لدى عينة طلاب جامعة الطائف.** رسالة دكتوراه غير منشورة.كلية التربية. جامعة أم القرى.

الهجين، عادل (١٩٩٨). **أثر التفاعل بين البيئة الأسرية والبيئة المدرسية على مستوى التوكيدية لدى تلاميذ المرحلة الإبتدائية.** رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية . جامعة عين شمس، مصر.

هول، وليندزي (١٩٧١). **نظريات الشخصية.** ترجمة فرج أحمد فرج وآخرون. القاهرة: دار الفكر العربي.

وقاش، عبد الكريم (١٩٨٦). **بناء التفكير الدجماني وعلاقته ببعض المتغيرات الشخصية المرتبطة بتقدير الذات ووجهة الضبط**. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية. جامعة الملك سعود، الرياض.

المراجع الإجنبية :

Bandura, A (1999). Social cognitive theory: An agentic erspective.**Asian Journal of Social Psychology**, 2(1), pp 21-41.

Bandura,A (198٦**).** Self-Efficacy.Mechanism in Human**. American Psychologis**,37,(2).pp122-147.

Lee,J & Ciftci,A (2013**).** Asian international students,Socio-Cultural adaptation:Influence of multicultural personality,assertiveness,academic, self-efficacy,and social support. In**ternatinal Journal of Intercultural Relations, Article in press**.

Lightsey,O & Barnes, P (2007**).** Discimination ,attributional tendencies,generalized self-efficacy, and assertiveness as predictors of psychological distress among African Americans. **Journal OF Black psychology**,33 (1), PP.27-50 .

Newby - Fraser ,E & Schlebusch ,L (1997**).** Social support ,self-efficacy and assertiveness as mediators of student stress**. psychology and Education,** 34 (3-4) ,pp.61-69.

Pajarar,F. (1996). self_Efficacy leliefs in Academic setting. **Review of Educational Reseasch**, 4 (66), pp.543-578.

Poyrazli,s & Arbona,C & Nora,A & Mc pherson,R & pisecco,S (2002**)**. Relation Between assertiveness,academic Self-efficacy,and psychosocial adjustment among International graduate Students**. Journal of college students,"Journal of College student Development**, 5(43), PP632-642.

Van Gundy,K (2002**).** Gender,the assetion of autonomy, and the stress process in young adulthood**. social psychology Quantenly**,5 (65), pp.346-363.