قياس ومقارنه الكفاءة الذاتية المدركة لدى طلبة السنة الثانية في كلية التربية الرياضية جامعة صلاح الدين / أربيل

Drmaha571@yahoo.com

استلام البحث :٢٠١٥/١١/١١
قبول النشر : ٢٠١٥/١٢/١٦
الكلمات المفتاحية (الكفاءة الذاتية المدركة)

أ.م .د مها صبري حسن
كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى

ملخص البحث

اشتمل البحث على خمسة أبواب وهي المقدمة البحث التي يتناول فيها الباحثة ادراك الفرد لفاعلية الذاتية المدركة وانها بعدت ابعاد الشخصية وتوجيه للسلوك الانسان واهميتها بالنسبة لطبة كلية التربية الرياضية وهدف البحث الى بناء مقياس كفاءة الذاتية المدركة لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانية للعام الدراسي (٢٠١٤-٢٠١٥) وكذلك تناول الدراسات النظرية لمفهوم كفاءة الذاتية المدركة ونظرياته وتم استخدام المنهج الوصفي في هذا البحث وشملت مجتمع البحث على (١٦٧) طالبة وطالب تم اختيارهم بالطريقة العمدية وتم استخدام المعاملات العلمية لبناء مقياس المستخدم في البحث وقد تم الاعتماد على بعض مقياس (سالي عبدالطالب) وتم صياغة المقياس بصورته النهائية (٣٠) فقرة وخمسة بدائل وتم استخدام الحقيبة الإحصائية (spss) وكانت النتائج البحث هي تمتع عينةبمستوى جيد كفاءة الذاتية المدركة واهم الاستنتاجات كانت : -

١- تمتع العينة البحث من طلاب وطالبات كلية التربية الرياضية بمستوى جيد من الكفاءة الذاتية المدركة.
٢- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مقياس الكفاءة الذاتية المدركة تبدأ لمتغير الجنس لصالح الطلاب كلية التربية الرياضية.

Measuring and Comparing the Realized self Efficiency in second stage Students in college of physical Education /Arbil

By : I sst.Prof. Muha sabry Hassan
College of fiscal Education /University of Deyala.

Key words : perceived self Efficacy

Abstract

This research includes five Unites. Introduction which deals with the aware ness of individual to his /her self efficiency which has many faces , and its importance to the student of physical education – second stage for the academic year (2014-2015).

The research deals also with the theoretical studies that clarify the concept of self efficiency and its theories. The sample of the study consists of 167 students choosing randomly then a measure C Sally Abid Al – Latif) measurement consists of (30) items with five choices. SPSS was used to find the final results. The results at last were as follows :

1- the student have good realized self efficiency.
2- There is statistical differences in measuring the realized self efficiency according to their gender in favour of boy students.

١-المقدمة

تعد فاعلية الذات من اليات الشخصية حيث تحوز مكان هاماً في تنشيط دافعية الافراد للقيام باي فعل وكذلك الاعتقاد بأن الفاعلية من الجهة المعرفية يحدد مدى تواصل الفرد وبناء علاقته الناجحة وطرق التعامل مع التحديات والمواقف وفاعلية الذات تمثل عنصراً كبيراً في عمليات الدافعية ويقاومون الفشل ويصنعون لانفسهم أهدافا وتوقعات الكفاءة الذاتية ((هي عبارة عن بعد ثابت من ادباء الشخصية تتمثل في قدرة الفرد على حل المشكلات والاعداد المسبق للسلوك وطبيعة والتحكم به والتخطيط الواقعي (أبو رمان ، ٢٠٠٨:٣٠) وهي تعد بعد ثابت من ابعاد الشخصية وهي ثقة الفرد في قدراته خلال المواقف الجديدة او المواقف ذات المطالب الكثيرة وغير مالوفة او هي اعتقادات الفرد في قوة الشخصية مع التركيز على الكفاءة في تغير السلوك دون المصادر او الأسباب الأخرى لتفاؤل حيث كانت بدايات ظهور مفهوم الكفاءة الذاتية المدركة على يد (باندورا) تم ظهور هذا المفهوم بحيث ربطه بمفهوم الظبط الذاتي للسلوك في نظريته الاجتماعية المعرفية من خلال ما نشره في الأسس الاجتماعية للتفكير والسلوك ، ويرى باندورا ان ادراك الفرد لكفائته الذاتية يتعلق بقيمته لقدرته على تحقيق مستوى معين من الإنجاز، وبقدرته على التحكم بالاحداث، ويؤثر ذلك الحكم في مستوى الكفاءة الذاتية وطبيعة العمل او الهدف الذي يسعى الفرد الى تحقيقه وفي مقدار الجهد الذي سيبذله ، وعلى مدى مثابرته في التصدي الذي تعترضه او في أسلوبه في التفكير (Bandura,1996:53).

ويبداء الفرد بادراك فاعلية الذاتية من مراحل مبكرة. وتمتد حتى عبر سنوات حياته وهي من احد محددات التعلم المهمة حيث تكون بتقويم جانب الفرد لذاته ومدى مثابرته ومدى مرونته في التعامل مع المواقف الصعبة ومقدار مقاومة للفشل.

وتعد الكفاءة الذاتية من الابعاد المهمة في الشخصية وتوجيه السلوك وتحديده. فالطالب عندما تكون لديه فكرة عن نفسه بانه ذكي ومجتهد يميل الى التصرف بناء على هذه فكرة عن والعملية التبادلية حيث ان السلوك الذي يمارسه الفرد يؤثر في الطريقة والكيفية التي يدرك فيها ذاته (حسين ، ١٩٨٧:٧٥)

ومن هنا تبرز أهمية البحث في ان طلبة الجامعة وخاصة طلبة كلية التربية الرياضية وما يتعرضون له من دروس عملية ونظرية وقد تكون لهم النجاح والفشل في التعرض لمواقف والمنافسات والإنجازات وقدرتهم على البذل والعطاء والحيوية والثقة بالنفس والنشاط فظلاً عن انه الكفاءة الذاتية المدركة تؤدي دوراً في كيانه النفسي حيث تشتمل على الكثير من خصائص الشخصية التي تميز الفرد عن الاخر.

فالصورة التي يكونها الفرد من امكانياته عبر مواقف الحياة وخبرات سابقة تحدد توقعاته للنجاح والفشل لذا فان مفهوم الكفاءة الذاتية المدركة يعمل عمل الدافع نحو النجاح. وكذلك تعمل عمل الفشل وهذا يعتمد على الخبرات السابقة وتطوير كفاءته الذاتية المدركة على الاستعدادات وقدرات التي يتجاوزها ولذلك تكمن أهمية البحث في انه من البحوث النفسية البالغة الأهمية لطلبة كلية التربية الرياضية وخاصة طلبة المراحلة الثانية لما فيها من دروس عملية تحتاج الى كفاءة ذاتية مدركة وقلة البحوث وعدم وجود مقياس للتربية الرياضية في جامعة صلاح الدين / أربيل.

للتعرف على مستوى هذا المفهوم لدى عينة البحث والكشف عن هذا المفهوم ووجود الأسس الصحيحة للقيام به وتحددت مشكلة البحث في ان الدراسة الجامعية تتطلب عوامل نفسية ودينية واجتماعية وتشجيع التعامل مع المواد الدراسية بكفاءة ومقدرات عقلية ومتطلبات اكاديمية تتعلق بالتحصيل والامتحانات ويواجه الطلبة ردود أفعال مختلفة نحو الضغوط والخصائص الشخصية والتي تنعكس في توقعات النتائج وأداء المهمة والنشاط اللازم والتي قد تكون إيجابية او سلبية ومن خلال ادراك الباحثة الأهمية المتغيرات النفسية وخاصة الكفاءة الذاتية المدركة وجدت انه هناك حاجة ماسة لقياس المفهوم لدى الطلبة من خلال العمل التربوي وخروج بنتائج إيجابية عليهم والقاء الأضواء على هذا المفهوم الذي يساعد في رفع سمات الشخصية لدى الطلبة وتكمن مشكله البحث في عدم وجود مقياس للكفاءة الذاتية المدركه والتي وجدتها الباحثةة جديرة بالدراسة .

٢-الغرض من الدراسة

ان الغرض من هاذ البحث هو بيناء مقياس كفاءة ذاتية مدركة لطلبة المرحلة ثانية في كلية تربية الرياضية جامعة صلاح الدين اربيل و كذالك التعرف علي كفاءة ذاتية مدركة عن طلبة و الفروق ذات الدلالة تبعاً لمتغيير الجنس

٣-الطريقة والاجراءات

تم استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملائمتها وطبيعة الدراسة اشتمل مجتمع البحث على طلبة لسنة الدراسية الثانية كلية التربية الرياضية جامعة صلاح الدين / أربيل للعام الدراسي (٢٠١٤-٢٠١٥) وتم استبعاد طلبة الراسبين اشتملت عينة البحث على (١٦٧) طالبة وطالب واعتمد فيها عمدية الاختيار اذ ان يختار الباحثة افراد عينة حسب ما يراه مناسبا لتحقيق هدف معين لذلك يتم اختيار الافراد لتحقيق مراد البحث (طشطوس ، ٢٠٠١، :٣٧) وسيتم توضيح تفاصيل تقسيم العينة اما عينة البناء اشتملت عينة البناء على (١٠٠) طالبة وطالب يمثلون نسبة (٥٩.٨٨) لاجل صدق البناء (التحليل الاحصائي للفقرات ، واختيار (١٥) لأغراض التجربة الاستطلاعية وعينة الثبات اشتملت عينة التطبيق على (٥٠) طالبة وطالب يمثلون نسبة (٢٩.٢٤) باعتبار ان تللك النسبة ممثلة لمجتمع البحث لغرض الحصول على البيان المعلومات العلمية الدقيقة لغرض تنفيذ العمل بأفضل صورة لجا الباحثة الى استخدام مجموعة الوسائل البحثية وهي:

١- المصادر العربية و الاجنبية
٢- الاسستبيان (كفاءة الذاتية المدركة)
٣- المقابلة
٤- بناء أداة المقياس
٥- لاب توب نوع (sony)

اما أداة البحث فنظرا لعدم وجود مقياس يقيس الكفاءة الذاتية المدركة لطلبة كلية التربية الرياضية جامعة صلاح الدين / أربيل ارتى الباحثة بناء هذا المقياس ليكون أداة لقياس هذا. فالباحثةون جميعا يقومون بعملية البناء للاختبارات والمقياس عند يكون الموجود غير مناسب للبيئة المعينة.

او عندما تكون هناك حاجة الى تطوير المقياس (رضوان ،٢٠٠٦:٤٦١) اذ يشير (Arlenyen) الى ان عملية البناء تمر أربعة مراحل أساسية وهي

١- التخطيط للمقياس ويتحدد المحاور (الابعاد) المقياس

٢- صياغة فقرات كل محور (بعد)
٣- تطبيق الفقرات المبنية على عينة البحث
٤- اجراء التحليل الاحصائي لفقرات المقياس (Allern &YanK1969)

وكان تحديد ابعاد المقياس وفقراته وصياغتها لغرض القيام بعملية تحديد الابعاد كان لابد من مراجعة ادبيات البحوث والاطر النظرية والدراسات السابقة المشابهة الخاصة بموضوع البحث دراسة (سالي طالب علوان ،٢٠١٢) (دراسة رامي محمود ٢٠١٣ :٣٢٨) ودراسة (سامي جميل ،٢٠١٥:٣٠) دراسة (لؤي خزعل ، ٢٠١١:١٧١) فضلاً عن مراجعة البحوث المصادر العلمية في الموضوع ذاته اذ يساعد ذلك في تكوين وبناء الابعاد بشكل اعم واشمل والوقوف على اكبر عدد ممكن الشمولية (النبهان ،٢٠٠٤: ٧٤) وتم تحديد (ابعاد المقياس الرئيسية وهي (٥) ابعاد :

- المجال الانفعالي
- المجال الاجتماعي
- مجال الإصرار والمثابرة
- المجال المعرفي
- المجال الاكاديمي

اذ تم عرض هذه الابعاد مع تعريف بسيط لكل منها بشكل استبيان مع الفقرات الخاصة بكل بعد على السادة من ذوي الخبرة والاختصاص في مجال العلوم النفسية والرياضية والقياس والتقويم ملحق رقم (١) يوضح أسماء الخبراء.

وتم طلب ارائهم حول مدى صلاحية الابعاد والفقرات وصياغتها واجراء عملية الحذف والتعديل على ما يرونه مناسباً لموضوع البحث ويبين الملحق رقم (٢) المقياس وفقراته مطروحاً امام المختصين. وبعد ذلك القيام بعملية العرض وابداء الراي تم حصول الاتفاق بنسبة ٨٥% ــ ١٠٠% على الابعاد الفقرات مع اجراء بعض التعديلات على صياغة الفقرات لتكون اكثر ملائمة لطبيعة البحث فضلا عن ذلك تم توجيه استبيان مفتوح ل (١٠) من طلاب وطالبات عينة البحث وتم استبعادهم من العينة ة وقد اشار (النبهان ، ٢٠٠٤) الى ان باني أداة القياس يمكن ان يستعين بطرح أسئلة على الفئة المستهدف ثم يقوم جمع الإجابات وتحليلها ومن ثم يشتق الابعاد الرئيسية للمكون المراد قياسه وكخطوة أخيرة في هذا المجال ثم تحديد (٥) ابعاد مذكورة عن (٤٣) فقرة موزعة على بعد من ابعاد المقياس

- المجال المعرفي (١٠) فقرات
- المجال الاجتماعي (٩) فقرات
- الإصرار والمثابرة (٨) فقرات
- المجال المعرفي (٨) فقرات
- المجال الاكاديمي (٨) فقرات

وقد كان في في صياغته الفقرات مايأتي

١- ان تتم الفقرات بسهولة القراءة ويسر التغيير
٢- وضوح مضمون الفقرات وعدم الاختلاف في تفسيرها
٣- ان تقيس الفقرة احد الابعاد التابعة لمقياس ومرتبطة معه (فرج ،١٩٩٧:١٣٣)

٣-٧ الأسس العلمية للمقياس

حتى يتم استخدام المقياس بشكل نهائي ويكون هذا الاستخدام متماشي مع كل الخطوات التي تؤهله لان يكون مقياس دقيق وله القدرة على قياس المكونات والفقرات التي تم التوصل اليها فانه كان لابد من استخراج الأسس العلمية له وقد تم ذلك من خلال ما يأتي الصدق الظاهري للمقياس لغرض الحصول على الصدق الظاهري للمقياس تم عرضه بابعاده وفقراته على السادة المختصين في المجال العلوم التربوية والنفسية والعلوم الرياضة والقياس والتقويم ، اذ ان هذه ا لطريقة تعد من طرائق التأكد من صدق المقياس ويشر (عويس ، ١٩٩٩) الى انه يمكن ان يعد الاختبار صادقا بعد عرضه على عدد من المختصين والخبراء في المجال الذي يقيسه الاختبار فاذا اقر الخبراء ان الاختبار يقيس السلوك الذي وضع لقياسه يمكن للباحث الاعتماد على رأي الخبرا وحكمهم (عويس ،١٩٩٩:٥٥) .

ان هذا النوع من الصدق تم الحصول عليه في بناءنا لهذا المقياس من خلال الاتفاق الذي تم بين السادة المختصين على نسبة (٧٥%) فاكثر حول الصلاحيات الابعاد والفقرات مع الاخذ بالتعديلات التي أشاروا اليها علما لم يتم حذف أي فقرة ولكن تم تعديل بعض منها نتيجة أخطاء لغوية ومطبعية وأخرى لم تكن موجه على شكل امر . اما صدق المحتوى

يتحقق هذا النوع من الصدق من خلال الوضوح لكل بعد من الابعاد والفقرات ويشير الحكيم (٢٠٠٤) الى ان صدق المحتوى للمقياس يعتمد بصورة أساسية على مدى إمكانية تمثيل الاختبار او المقياس لمحتويات عناصره وكذلك مدى تمثيله للمواقف والجوانب التي يقيسها تمثيلاً صادقاً ومتجانساً (الحكيم ،٢٠٠٤:٢٣)وقد قامة اجراء التحليل الاحصائي بأسلوب يسمى أيضا بصدق التكوين الفرضي اذ يشير ملحم (٢٠٠٠) الى ان البناء سمة او صفة سيكولوجية او خاصية لايمكن ملاحظتها وانما نستدل عيها من خلال السلوكيات المرتبطة (ملحم ،٢٠٠٠:٢٧٦) وان من مواصفات المقياس الجيد هو قدرته على التمييز بين الافراد الذين يتمتعون بدرجة عالية من السمة او الصفة او القدرة من ناحية وبين أولئك الذين يتمتعون بدرجة منخفضة بالسمة نفسها او الصفة الو الخاصية من ناحية أخرى (رضوان ،٢٠٠٦:٢٤) وقد تم اعتماد نسبة (٢٧%) من كل مجموعة على اعتبار ان معامل تمييز الفقرة يكون حساساً وأكثر استقراراً في حالة استخدام هذه النسبة للعينات الكبيرة (الزوبعي واخرون ،١٩٨٠، ٧٤-٨٠) ويبين الجدول رقم (١) القوة التمييزية للفقرات

.

الجدول رقم (١)
القدرة التمييزية للفقرات بين المجموعتين العليا والدنيا

رقم الفقرة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		قيمةت المحسوبة	القدرة التمييزية
	س	ع	س	ع		
١	٣.٩٦	٠.٩٨	٣.٨٨	٠.٧٨	٠.٣٤	غير مميزة
٢	٢.٣٠	٠.٩١	٣.٦٨	١.٢٨	٤.٥١-	
٣	٢.٨٩	٠.٩٧	٣.٦٠	١.١٢	٢.٤٥-	

٤	٣.٠٤	٠.٩٨	٣.٨٠	١.١٢	-٢.٦٢	
٥	٣.٣٣	١.١٤	٣.٣٢	١.٢٨	٠.٠٤	غير مميزة
٦	٣.٣٣	١.٢٤	٣.٩٢	٠.٧٦	-٢.٠٤	
٧	٢.٧٠	١.١٧	٣.٥٢	١.١٢	-٢.٥٦	
٨	٢.٥٢	١.٠٩	٣.٨٠	١.٢٦	-٣.٩٤	
٩	٢.٦٣	١.٣٣	٣.٩٦	١.١٧	-٣.٨١	
١٠	٣.١٩	١.٥٢	٤.٠٨	١.٠٠	-٢.٤٩	
١١	٢.٠٠	٠.٩٢	٤.١٦	٠.٩٤	-٨.٣٦	
١٢	٢.٣٧	١.٤٢	٤.٠٨	٠.٨١	-٥.٢٨	
١٣	٣.٥٢	١.١٩	٤.١٦	٠.٨٠	-٢.٢٦	
١٤	١.٩٦	٠.٨٥	٤.١٢	٠.٩٧	-٨.٥٢	
١٥	٣.٧٠	١.٤٩	٣.٦٠	١.٠٨	٠.٢٩	غير مميزة
١٦	٢.١٩	٠.٦٨	٣.٤٠	١.٤٧	-٣.٨٧	
١٧	٣.٠٠٠	١.٢١	٣.٨٨	٠.٨٨	-٢.٩٨	
١٨	٣.٣٧	١.٠٤	٤	٠.٥٠	-٢.٧٤	
١٩	٢.٤٨	١.٢٨	٣.٧٢	٠.٩٨	-٣.٨٩	
رقم الفقرة	المجموعة الدنيا	المجموعة العليا	قيمةت المحسوبة	القدرة التمييزية	رقم الفقرة	المجموعة الدنيا
	س	ع	س	ع		
٢٠	٣.٠٧	١.٣٣	٣.٨٨	٠.٩٧	-٢.٤٨	
٢١	٣.٥٩	١.٠٥	٣.٧٢	١.٠٦	-٠.٤٤	غير مميزة
٢٢	٢.٠٤	٠.٧١	٣.٣٦	١.٤١	-٤.٣٣	
٢٣	٣.٣٠	٠.٩٥	٣.٨٤	٠.٨٥	-٢.١٦	
٢٤	٢.٣٧	٠.٩٧	٣.٦٠	١.٠٤	-٤.٤٢	
٢٥	٣.٤٤	١.٠١	٤.١٦	٠.٩٩	-٢.٥٨	
٢٦	٢.١٩	٠.٨٣	٣.٤٠	١.٠٨	-٤.٥٦	
٢٧	٢.٥٩	٠.٧٥	٣.٨٤	١.٢١	-٤.٥٠	
٢٨	٣.٢٢	٠.٨٩	٣.٧٢	٠.٨٤	-٢.٠٧	
٢٩	٤.٠٧	١.١١	٣.٨٠	١.٠٨	٠.٩٠	غير مميزة
٣٠	٢.١٩	٠.٩٢	٣.٨٤	٠.٩٤	-٦.٤٠	
٣١	٣.٤١	٠.٨٩	٣.٤٨	١.٠٠	-٠.٢٨	غير مميزة
٣٢	٢.٥٦	١.٠٥	٣.٥٦	١.٢٣	-٣.١٨	
٣٣	٢.٣٧	٠.٨٨	٣.٢٤	١.١٣	-٣.١١	
٣٤	٢.٣٠	١.٠٧	٤.١٢	٠.٨٣	-٦.٨٣	
٣٥	٣.٨١	٠.٧٤	٣.٩٢	١.٠٤	-٠.٤٢	غير مميزة
٣٦	٢.٤٤	١.١٢	٤.٠٤	٠.٨٤	-٥.٧٧	
٣٧	٣.٤١	٠.٨٤	٣.٦٠	١.٠٤	-٠.٧٤	غير مميزة
٣٨	٣.٠٧	١.٢٤	٣.٧٦	٠.٦٦	-٢.٤٦	
٣٩	٣.٤٨	١.١٢	٣.٥٢	٠.٩٢	-٠.١٤	غير مميزة
٤٠	٣.٧٠	٠.٩١	٤.٣٢	٠.٨٥	-٢.٥١	
رقم الفقرة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		قيمةت المحسوبة	القدرة التمييزية
	س	ع	س	ع		
٤١	٢.٥٢	١.٠٩	٣.٤٤	١.٠٠	-٣.١٧	
٤٢	٣.٥٦	١.١٢	٢.٨٠	١.٣٥	٢.٢٠	
٤٣	٢.٧٤	١.٤٠	٣.٨٠	١.٠٤	-٣.٠٧	

سقط (٩) عبارة بقيت ٣٤ : نجد بعض العباراة ارقامها مختلفةملاحظة : العبارات التي سقطت في (التمييز) لاتدخل في الاتساق أي في الجدول التالي لذلك نجد بعض العباراة ارقامها مختلفة مثال بدأنا في العبارة (٢) لسقوط العبارة ويبين الجدول رقم (١) وتم استخدام أسلوب علاقة الفقرة بالدرجة الكلية لمعرفة القوة التميزية للفقرات استعملت الباشة أسلوب علاقة الفقرة بالدرجة الكلية ، اذ تم

استعمل معامل الارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة من الفقرات المقياس والدرجة الكلية لمقياس (Alleny,Yen,1979:14) اذ كانت الاستمارات المخاضعة للتحليل الاحصائي (١٠٠) استمارة نفسها التي خضعت للتحليل في ضوء أسلوب المجموعتين المتطرقين او قد استبعدت الفقرات التي حصلت على معامل ارتباط اقل ، وبعد معالجة البيانات احصائيا يبين ان جميع الفقرات عدا (٤) فقرات غير مميزة وجدول رقم (٢) يوضح ذلك.

الجدول (٢)

معاملات الارتباط بين درجات فقرات المقياس ودرجة الكلية

رقم الفقرة	معامل الارتباط	قيمة الاحتمال
٢	٠.٦١٨	
٣	٠.٣٩٧	
٤	٠.٣٩٧	
٦	٠.٢٩٤	
٧	٠.٤٥٢	
٨	٠.٤٤٩	
رقم الفقرة	معامل الارتباط	قيمة الاحتمال
٩	٠.٥٦١	
١٠	٠.٣٩٦	
١١	٠.٧٣٦	
١٢	٠.٦٢٦	
١٣	٠.٢٦٣	غير معنوي
١٤	٠.٨٢٤	
١٦	٠.٦٥٣	
١٧	٠.٣٩٩	
١٨	٠.٣٩٣	
١٩	٠.٥٩١	
٢٠	٠.٤٢٨	
٢٢	٠.٦٦٤	
٢٣	٠.٤٢٧	
٢٤	٠.٦٢٢	
٢٥	٠.٢٢٩	غير معنوي
٢٦	٠.٦٤	
٢٧	٠.٦٤٤	
٢٨	٠.٢٦٧	غير معنوي
٣٠	٠.٥٨	
٣٢	٠.٥١	
٣٣	٠.٤٣٤	
٣٤	٠.٧٢٢	
٣٦	٠.٦٦	
رقم الفقرة	معامل الارتباط	قيمة الاحتمال
٣٨	٠.٣٢٤	
٤٠	-٠.٤٨٦	
٤١	٠.٤٥٨	
٤٢	٠.١٨١	غير معنوي
٤٣	٠.٥١	

سقطت (٤) عبارات بقي ٣٠ عبارة هذا المقياس النهائي

واجرة الباحثة التجربة الاستطلاعية لغرض معرفة وضوح الفقرات والتعليمات لقياس الكفاءة الذاتية المدركة طبق المقياس على عينة البحث اختيرت عشوائيا تتالف من (١٠) طالب وطالبة وبعد اجراء التجربة الاستطلاعية اتضح ان جميع الفقرات واضحة عند طلبة واصبح المقياس جاهز للتطبيق على عينة التحصيل الاحصائي والبالغ (١٠٠) طالب وطالبة أما وصف المقياس وتصحيحه (الصورة النهائية للمقياس)يتكون المقياس كفاءة الذاتية المدركة من (٣٠) فقرة منها (٨) للمجال الأول وهو المجال الانفعالي , (٧) للمجال الثاني وهو المجال الاجتماعي و (٦) للمجال الثالث وهو (مجال الإصدار والمثابرة

) و (٤) عبارات للمجال المعرفي و (٥) مجال الخامس وهو (المجال الاكاديمي) وتكونت الفقرات من (٩) فقرات إيجابية و (٢١) فقرة سلبية وأرقام العبارات الإيجابية هي (٨/٤/٣/ ١٦/١٤/١٣/ ٢٩/٢٧/١٨) او العبارات السلبية فا ارقامها هي (٣٠/٢٨/٢٦/٢٥/٢٤/٢٣/٢٢/٢١/٢٠/١٩/١٧/١٥/١٢/١١/٩/٧/٦/٥/٢/١) وهي تتمثل عكس اتجاة المقياس وبين الملحق (٤) ذلك ام الملحق (٥) فيوضح المجالات والعبارات وعددهم وتكون الإجابة على الفقرات على وفق خمس بدائل (تنطبق تماما ، تنطبق كثيرا ، تنطبق بدرجة متوسطة ، تنطبق قليلا ، لا تنطبق) (٥٤/٣/٢/١) على التوالي للفقرات الإيجابية والعكس بالنسبة للفقرات السلبية وكانت التطبيق النهائي للمقياس حيث تم تطبيق المقياس على عينة التطبيق والبالغة (٥٠) طالباً وطالبة ومن دون تحديد وقت ثابت للإجابة عن المقياس ووزع عليهم المقياس وتم شرح طريقة الإجابة عن مقياس وذلك بوضع علامة صح امام كل فقرة وتحت البديل الذي تراه مناسباً وتم التأكيد .

عليهم الإجابة عن جميع فقرات بكل دقة ، ثم تم جمع المقياس من المختبرين ، وبهذا تكون درجة المختبر على المقياس هي مجموع درجاته على فقرات المقياس جميعاً. وتم استخدام الحقيبة الإحصائية (SPSS) الاستخراج البيانات

٤- عرض وتحليل ومناقشة النتائج

بعد قيام الباحثة من خلال هذه الدراسة تم بناء المقياس الكفاءة الذاتية المدركة وطلب السنة الثانية في كلية التربية الرياضية جامعة صلاح الدين / أربيل وتم ذلك من خلال إجراءات بناء مقياس بصورته النهائية وبذلك تحقق الهدف الأول للبحث.

٤-١ عرض وتحليل ومناقشة الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لطلاب وطالبات السنة الثانية لمقياس كفاءة الذاتية المدركة.

الجدول (٣) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري للكفاءة الذاتية المدركة لطلاب وطالبات المرحلة الثانية

المقياس/ المعالم الاحصائية	المتغيرات	عدد العينة	وحدة القياس	الوسط الحسابي (س)	الانحراف المعياري (ح)	الخطأ المعياري
الكفاءة الذاتية المدركة	الطلاب	٢٥	درجة	٨٧.٥٢٠	٢١.٨٢١	٤.٣٦٠
	الطالبات	٢٥	درجة	٩١.٨٠٠	٢٢.٧٧٢	٤.٥٥٤

من خلال الجدول (٢) يتضح الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمقياس كفاءة الذاتية المدركة لدى طلبة المرحلة الثانية نتعرف على مستوى العينة وهو الهدف الثاني في البحث حيث كانت الوسط الحسابي لدى الطلاب (٨٧.٥٢٠) وبانحراف معياري (٢١.٨٢١) اما الطالبات فكان الوسط الحسابي (٩١.٨٠٠) وبانحراف معياري (٢٢.٧٧٢) وبذلك امتازت العينة بمستوى جيد من كفاءة الذاتية المدركة وحيث بلغ المتوسط الفرضي للمقياس (٩٠) وكانت الدرجة الدنيا للمقياس (٣٠) ام الدرجات العليا للمقياس (١٥٠) وهذا يدل على ان طلبة الجامعة وخاصة المرحلة الثانية للكليات الرياضية يمتازون بكافاءة ذاتية مدركة حيث ان عملية ادراك الذات تستمر في طور النمو واكتساب الخبرات اذ ان الافراد في هذه المرحلة وصلوا الى مرحلة الاعتماد على الذات المتمثلة في بناء العديد من المهارات التي تساعدهم على اتخاذ القرار والتي تزيد من تكوين اتجاهات إيجابية وتتفق نتيجة البحث مع دراسة (عفراء ، ص٢٣٩) في ان طلبة الجامعات بشكل عام يمتلكون كفاءة ذاتية مدركة في حين اختلفت مع دراسة (الصقر ،٢٠٠٥: ٢٠)

٤-٢ عرض وتحليل ومناقشة النتائج فروق في مقياس الكفاءة الذاتية المدركة لدى طلبة المرحلة الثانية

جدوا ٤ يبين دالالة الفروق في مقياس الكفاءة الذاتية المدركة لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانية

العينة	الخطأ المعياري	الوسط الحسابي للفروق	درجات الحرية	قيمه t المحسوبة	الدلالة
الطلاب طالبات	٦.٣٠٧	٤.٢٨٠-	٤٨	١.٦٥٤	٠.١

* لاتوجد فروق الان قيمة الدلالة اكبر من ٠.٠٥ و ٠.٠١

لمعرفة الفروق في مقياس كفاءة الذاتية المدركة طلاب وطالبات المرحلة الثانية في كلية التربية الرياضية جامعة صلاح الدين / أربيل.

حيث يبين انه لاتوجد فروق لاقيمة دلالة اكبر من (٠.٠٥ و ٠.٠١) بالنسبة للجنس وأكدت دراسة (الزيات ، ١٩٩٦، ص٢٢٩) والتي اكدت نتائج دراسته الى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الكفاءة الذاتية المدركة بالنسبة للجنسين وكذلك دراسة (سالي طالب /٢٠١٢/ ص٢٢٥) والتي كانت دراسة الكفاءة الذاتية المدركة لدى طلبة جامعة بغداد وحيث أظهرت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والاناث. ولذلك فان التعرف على مثل هذه الدراسات وهي مقياس الكفاءة الذاتية المدركة وخاصة لطلاب الجامعة بشكل عام وطلبة كلية التربية الرياضية بشكل خاص ولكل الجنسين يساعد في التنبؤ بمدى نجاح مواجهة المشكلات ومواجهة الضغوطات وتحمل المسؤولية وبالتالي ان الحياة الجامعية من أهم المصادر التي تدعم كفاءة الذاتية المدركة للطلبة.

٥-الاستنتاجات

١- صلاحية المقياس المبني من قبل الباحثة و أمكانية تطبيقة لتعرف علي فروق بين طالبات والطلاب المرحلة الثانية في كلية التربية الرياضية جامعة صلاح الدين / اربيل

٢- لا توجد فروق في مقياس الكفاءة ذاتية المدركة لدى طلبة كلية التربية الرياضة مرحلة الثانية

المصادر العربية والأجنبية

١- عبد المجيد موسى أبو رمان(٢٠٠٨) :أثر برنامج ارشادي مستند الى نظرية الاختبار في الكفاءة الاجتماعية والكفاءة الذاتية المدركة لدى الاحداث الجانحين ، الأردن ،رسالة دكتوراه غير منشورة ، جامعة عمان ،

٢- محمود عطا حسين(١٩٨٧) : الشخصية: مفهوم الذات وعلاقته بمستويات الطمأنية الانفعالية ، مجلة العلوم الاجتماعية ، العدد (٣) / جامعة الكويت ،.

٣- وليد عبدالعزيز الخراشي(٢٠٠٤) : دور الأنشطة الطلابية في تنمية المسؤلية الاجتماعية ، رسالة ماجستير غير منشورة، السعودية ،

٤- منذر الضامن (٢٠٠٣) : الارشاد النفسي: أسسه الفنية والنظرية ، مكتب الفلاح للنشر ، الأردن ،

٥- سامي محمد ملحم(٢٠٠٠): مناهج البحث في التربية وعلم النفس ، الطبعة الأولى ، دار الميسرة للطباعة ، سوريا ،

٦- عبد الجليل إبراهيم الزوبعي واخرون(١٩٨١): الاختبارات والمقاييس النفسية ، دار الكتب للطباعة ، الموصل ،.

٧- علي سلوم الحكيم(٢٠٠٤): الاختبارات والقياس والاحصاء في المجال الرياضي، وزارة التعليم العالي ، جامعة القادسية ، دار الطيف للطباعة ،.

٨- خير الدين عويس(١٩٨٧) : دليل البحث العلمي ، دار الفكر العربي للطباعة ، القاهرة ،.

٩- سالي طالب علوان (٢٠١٢) : الكفاءة الذاتية المدركة عند طلبة جامعة بغداد ، مجلة البحوث التربوية النفسية ، العدد(٣٣) بغداد ،.

١٠- رامي محمود اليوسف (٢٠١٠) : علم النفس التربوي بين النظرية والتطبيقات، دار الاندلس للنشر ،

١١- سليمان محمد طشطوس(٢٠٠١): أساسيات المعاينة الإحصائية ، دار الشروق للنشر ، عمان ،

١٢- سامي محمد ملحم(٢٠٠٠): القياس والتقويم في التربية وعلم النفس ، دار الميسرة للطباعة والنشر ، سوريا ،

١٣- موسى النبهان (٢٠٠٤) : أساسيات القياس والتقويم في العلوم السلوكية ، دار الشروق للنشر ، عمان ،

١٤- محمد نصرالدين رضوان(٢٠٠٦): المدخل الى القياس في التربية الرياضية والبدنية، ط١، مركز الكتاب للنشر ، وصدر القاهرة ،.

١٥- تيسير محمد الصقر(٢٠٠٥) : مستوى النمو الأخلاقي والكفاءة الذاتية المدركة لدى عينة من طلبة جامعة اليرموك في ضوء بعض المتغيرات ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة اليرموك ، الأردن ،.

١٦-رامي محمود اليوسف (٢٠١٣) : المهارات الاجتماعية وعلاقتها بالكفاءة الذاتية المدركة والتحصيل الدراسي لدى عينة من طلبة المرحلة المتوسطة في منطقة حائل في المملكة العربية السعودية في ضوء بعض المتغيرات ، مجلة الجامعة الإسلامية ، العدد (١) ،

١٧- فتحي مصطفى صفوت فرج(١٩٩٧): القياس النفسي ، دار الفكر العربي للنشر ، القاهرة ،

١٨- الزيات (٢٠٠١) : البنية العاملية للكفاءة الذاتية المدركة ومحدداتها ، مؤتمر الدولي السادس، كلية التربية ، جامعة عين الشمس ، قاهرة ،.

١٩-كاظم محمود (٢٠٠٨) سهيل حسن احمد ، فاعلية الذات وعلاقتها بالسلوك الفوضوي لدى طلاب المرحلة المتوسطة،مجلة الأستاذ ،كلية التربية ، جامعة بغداد ، ص.٧٢

٢٠- رامي يوسف (٢٠١٣) : المهارات الاجتماعية وعلاقتها بالكفاءة الذاتية المدركة والتحصيل الدراسي العام لدى عينة من طلبة المرحلة المتوسطة في منطقة حائل بالمملكة العربية السعودية في ضوء عدد من المتغيرات ، مجلة الإسلامية ، مجلد ٢١/، ص٣٢٧

٢١- إبراهيم الشافعي ، فاعلية برنامج ارشاد جمعي لتنمية الكفاءة الذاتية المدركة في الحوار علاقتها ببعض سمات الشخصية لدى طلاب الجامعة السعوديين ، مجلة الارشاد النفسي / ص٢٤

٢٢- محمود علوان ن فاعلية برنامج زيادة كفاءات الذات لدى المعاقين حركياً بقطاع غربي(٢٠٠٩) : رسالة ماجستير غير منشور ، الجامعة الإسلامية ، غزة ،، ص.٢٠

٢٣- خيرالدين بن عويس(١٩٩٧) دليل البحث العلمي دار الفكر للطباعة ، القاهرة ،

المصادر الأجنبية

1-Bandura, A. (1986) : Social foundation of thought and Action K engem wood cliffs prentice hall. Abstrac international .vol.56

2-Pajares ,F. (1999) : Self – Efficacy, motivation constructs, and mathematics performance of entering middle school students. Journal of Education P

3- Allen , M and Yen , W.MC (1974) introduction to measurement theory book ,cde Callfornia.

4-Allen , M, Yen (1997) introducation to measurement theory California , sage publication.

ملحق (١)

أسماء الخبراء

	الاسم	اللقب العلمي	مكان العمل
١	ناظم الوتار	ا.د	جامعة الموصل / التربية الرياضية
٢	عبدالودود احمد	ا.د	جامعة تكريت/ التربية الرياضية
٣	عظمية عباس	ا.د	جامعة صلاح الدين / التربية الرياضية
٤	سعيد نزار	ا.م.د	جامعة صلاح الدين / التربية الرياضية
٥	كامل عبود	ا.م.د	جامعة ديالى / التربية الرياضية
٦	ئالان قادر	ا.م.د	جامعة صلاح الدين / التربية الرياضية
٧	سعد عباس	ا.م.د	جامعة تكريت / التربية الرياضية

بسم الله الرحمن الرحيم

الملحق (٢)

استبيان اراء السادة الخبراء وذوي الاختصاص حول صلاحية أبعاد وفقرات مقياس كفاءة الذاتية المدركة

الأستاذ الفاضل الدكتور ..... المحترم

تحية طيبة

يروم الباحثة اجراء البحث الموسوم : بناء مقياس الكفاءة الذاتية المدركة لطبلة السنة الثانية كلية التربية الرياضية / جامعة صلاح الدين / أربيل

فقد تم اخياركم كأحد الخبراء للحكم على مدى صلاحية الأبعاد والفقرات المرفقة طياً ، التي تم الحصول عليها من خلال توجيه استبيان مفتوح لعينة عشوائية مختارة من مجتمع البحث، فضلاً عن الاطلاع على المصادر العلمية والاطر النظرية والدراسات والمقاييس السابقة الخاصة بالموضوع قيد البحث، راجين تفضلكم بقراءة الاستبيان والاجابة على ما يأتي

وضع علامة (صح) امام كل فقرة ، وتحت البديل الذي تراه مناسباً للفقرة (تصلح ، لاتصلح ، تصلح بعد التعديل من خلال (حذف او إعادة صياغة او إضافة عدد من الابعاد والفقرات)

مدى ملائمة الابعاد لموضوع البحث والفقرات للبعد الذي وضع لاجله.

شاكرين تعاونكم العلمي المبارك

مقياس الكفاءة الذاتية المدركة (للخبراء)

اولاً : المجال الانفعالي :

يتمثل بقدرة الطالب بالتحكم وضبط المشاعر والانفعالات لمواجهة الضغوطات بكفاءة

	الفقرات	ملائمة	غير ملائمة	التعديل
١	استطيع التحكم بمشاعري			
٢	اواجه صعوبة في التخلص من الأفكار السوداوية			
٣	افقد السيطرة على تصرفاتي عندما أغضب			
٤	استطيع التغلب على شعوري بالقلق			
٥	استطيع التعامل بفعالية مع الضغوط الحياتية التي تواجهني			
٦	اتصف بانني شخص هادئ ومتزن			
	الفقرات	ملائمة	غير ملائمة	التعديل
٧	افقد القدرة على المشاركة بالضحك والمزاج			
٨	اجد صعوبة الجلوس هادئا لوقت طويل			
٩	اواجه صعوبة في التغلب على كراهيتي لبعض الأشخاص			
١٠	استطيع ان استرخي عندما اريد ذلك			

ثانياً : المجال الاجتماعي

يتمثل بقدرة الطالب في الاهتمام الاجتماعي ونيل اعجاب الاخرين والتواضع الحقيقي الذي يؤدي الى علاقات اجتماعية ناجحة.

	الفقرات	ملائمة	غير ملائمة	التعديل
١	اواجه صعوبة التحدث مع الاخرين			
٢	اجد صعوبة في تكوين صداقات جديدة			
٣	حدثني أصدقائي عن مشكلاتهم			
٤	اواجه صعوبة في التواصل والتفاعل افضل مع الاخرين			
٥	انظر الى أصدقائي بأعجاب			
٦	ليس بمقدوري مسامحة الاخرين عندما يسؤن لي			

٧	استطيع المحافظة على علاقات حميمة مع اقربائي			
٨	استطيع كسب محبة الاخرين بسهولة			
٩	أرى ان لا احد يستحق النصيحة			

ثالثاً : مجال الإصرار والمثابرة

يتمثل بقدرة الطالب على تنفيذ ما تخطيط له مسبقاً والمثابرة في بذل الجهد حتى يتحقق الهدف المنشود.

	الفقرات	ملائمة	غير ملائمة	التعديل
١	استطيع تنفيذ الخطط التي اضعها للقيام بعمل ما			
٢	احقق اهدافي حتى لو فشلت عدة مرات			
٣	اترك المهام والاعمل قبل اتمامها			
٤	اعمل باجتهاد حتى وان فشلت في عمل ما			
٥	اتراجع بسهولة عندما اواجة المشكلات			
٦	اصبر عند تعرضي للمواقف الصعبة			
٧	افتقد القدرة على التركيز بعمل يتطلب مدة طويلة			
٨	أصاب بالإحباط لمجرد فشلي أول مرة			

رابعاً : المجال المعرفي :

يتمثل بقدرة الطالب في فهم ما يدور حوله من خلال تمته بالمعلومات العامة

	الفقرات	ملائمة	غير ملائمة	التعديل
١	اتمتع بمعلومات عامة واسع			
٢	ارغب في فهم عمل الأشياء وجميعها			
٣	أشعر بالملل عند مطالعة الكتب والمقالات العلمية			
٤	يمكنني ان اقدر قيمة الكتاب الجيد			
	الفقرات	ملائمة	غير ملائمة	التعديل
٥	اجد الفنون كالرسم والموسيقى والمسرح مضيعة للوقت			
٦	اواجه صعوبة في تذكر واقراءته			
٧	اجد صعوبة في فهم ما أقرأ			
٨	اتعلم التعامل مع الأشياء بسرعة			

خامساً المجال الاكاديمي

يتمثل بقدرة الطالب على اتمامه للمهام الدراسية والتخطيط للمراحل اللاحثة

	الفقرات	ملائمة	غير ملائمة	التعديل
١	اجد الصعوبة في تحضير واجباتي المدرسية			
٢	يمكنني ان انجز واجباتي الدراسية أولا بأول			
٣	اعتقد انني شخص ذكي			
٤	استطيع التخطيط للمراحل الدراسية العليا			
٥	احب الموضوعات العلمية في الدراسة			
٦	اواجه صعوبة في استغلال المصادر المتوفرة لخدمة دراستي			
٧	أتباطأ بتنفيذ جدول دراسي وضعته لنفسي			
٨	أنفر من المشاركة بالانشطة الجامعية			

ملحق (٣) مجالات مقياس كفاءة الذاتية

١- المجال الانفعالي

١- أواجه صعوبة في التخلص من الأفكار السوداوية

٢- افقد السيطرة على تصرفاتي عندما أغضب

٣- استطيع التغلب على شعوري بالقلق

٤- اتصف بأنني شخص هادئ ومتزن

٥- افقد القدرة على المشاركة بالضحك والمزاج

٦- اجد صعوبة في الجلوس هادئاً لوقت طويل

٧- اواجه صعوبة في التغلب عى كراهيتي لبعض الأشخاص

٨- أستطيع ان استرخي عند اريد ذلك.

٢- المجال الاجتماعي

١- أواجه صعوبة في التحدث مع الاخرين

٢- افتقد القدرة على تكوين صداقات جديدة
٣- اواجه صعوبة في التعامل مع الاخرين
٤- ليس بمقدوري مسامحة الاخرين عندما يسيئون لي
٥- استطيع المحافظة على علاقات حميمة مع اقربائي
٦- استطيع كسب محبة الاخرين بسهولة
٧- أرى ان لا احد يستحق النصيحة
٣- مجال الإصرار والمثابرة
١- أستطيع تنفيذ الخطط التي أضعها للقيام بعمل ما
٢- أترك المهام والاعمال قبل اتمامها
٣- أعمل باجتهاد وذا فشلت في عمل ما
٤- أتراجع بسهولة
٥- أفتقد القدرة على التركيز بعمل يتطلب مدة طويلة
٦- أصاب بالإحباط لمجرد فشلي أول مرة.
٤- المجال المعرفي :
١- أشعر بالملل عند مطالعة الكتب والمقالات العلمية
٢- أجد الفنون كالرسم والموسيقى والمسرح مضيعة للوقت
٣- أواجه صعوبة في تذكر الأشياء
٤- أجد صعوبة في فهم ما أقرأ
٥- المجال الاكاديمي
١- أجد الصعوبة في تحضير واجباتي المدرسية.
٢- أعتقد انني شخص ذكي
٣- أواجه صعوبة في استغلال المصادر المتوفرة لخدمة دراستي
٤- أتباطأ بتنفيذ جدول دراسي وضعته لنفسي
٥ - أنفر من المشاركة بالانشطة الجامعية.

ملحق (٤)

مقياس الكفاءة الذاتية المدركة بصورته

ت	الفقرات	تنبطق تماما	تنطبق كثيرا	تنطبق بدرجة متوسطة	تنطبق بدرجة قليلة	لا تنطبق
١	اواجه صعوبة في التخلص من الأفكار الاسوداوية					
٢	افقد السيطرة على اعصابي عندما أغضب					
٣	استطيع التغلب على شعوري بالقلق					
٤	اتصف بانني شخص هادئ وقنون					
٥	افقد القدرة على المشاركة بالضحك والمزاج					
٦	اجد صعوبة في الجلوس هادئاً لوقت طويل					
٧	اواجه صعوبة في التغلب على كراهيتي لبعض الاشخاص					
٨	أستطيع ان استرخي عندما اريد ذلك					
٩	اواجه صعوبة في التحدث مع الاخرين					
١٠	افتقد القدرة على تكوين صداقات جديدة					
١١	أواجه صعوبة في التعامل مع الاخرين					
١٢	ليس بمقدوري مسامحة الاخرين عندما يسيئون لي					
١٣	استطيع المحافظة على علاقات حميمة مع أقربائي					
١٤	أستطيع كسب محبة الاخرين بسهولة					
١٥	أرى ان لا احد يستحق النصيحة					
١٦	استطيع تنفيذ الخطط التي اضعها للقيام بعمل ما					
١٧	أترك المهام والاعمال قبل اتمامها					
١٨	اعمل باجتهاد واذا فشلت في عمل ما					
ت	الفقرات	تنبطق تماما	تنطبق كثيرا	تنطبق بدرجة متوسطة	تنطبق بدرجة قليلة	لا تنطبق

١٩	اتراجع بسهولة عندما اواجه المشكلات					
٢٠	افتقد القدرة على التركيز بعمل يتطلب مدة طويلة					
٢١	أصاب بالإحباط لمجرد فشلي اول مرة					
٢٢	اشعر بالملل عند مطالعة الكتب والمقالات العلمية					
٢٣	اجد الفنون كالرسم والموسيقى والمسرح مضيعة للوقت					
٢٤	أواجه صعوبة في تذكر الأشياء					
٢٥	اجد صعوبة في فهم ما أقرأ					
٢٦	اجد الصعوبة في تحضؤ واجباتي المدرسية					
٢٧	اعتقد انني شخص ذكي					
٢٨	أواجه صعوبة في استغلال المصادر المتوفرة لخدمة دراستي					
٢٩	أتباطأ بتنفيذ جدول دراسي وضعته لنفسي					
٣٠	أنفر من المشاركة بالانشطة الجامعية					

ملحق (٥) يوضح ارقام العبارات السلبية الإيجابية (مقياس كفاءة الذاتية المدركة)

١- أواجة صعوبة في التخلص من الأفكار السوداوية
٢- افقد السيطرة على أعصابي عندما أغضب
٥- أفقد القدرة على المشاركة بالضحك والمزاج
٦- أجد صعوبة في الجلوس هادئاً لوقت طويل
٧- أواجه صعوبة في التغلب على كراهيتي لبعض الأشخاص
٩-أواجه صعوبة في التحدث مع الاخرين
١٠- افتقد القدرة على تكوين صداقات ج0000000000000ديدة
١١- أواجه صعوبة في التعامل مع الاخرين
١٢- ليس بمقدوري مسامحة الاخرين عندما يسيئون لي.
١٥- أرى ان لا أحد يستحق النصيحة
١٧-أترك المهام والاعمال قبل اتمامها.
١٩- أتراجع بسهولة عندما أواجه المشكلات.
٢٠- أفتقد القدرة على التركيز بعمل يتطلب مدة طويلة
٢١- أصاب بالإحباط لمجرد فشلي أول مرة.
٢٢- أشعر بالملل عند مطالعة الكتب والمقالات العلمية
٢٣- أجد الفنون كالرسم والموسيقى والمسرح مضيعة للوقت.
٢٤-أواجه صعوبة في تذكر الأشياء
٢٥- أجد الصعوبة في فهم ما أقرأ
٢٦- أجد الصعوبة في تحضير واجباتي المدرسية.
٢٨- أواجه صعوبة في استغلال المصادر المتوفرة لخدمة دراستي.
٣٠- أنفر من المشاركة بالانشطة الجامعية

العبارات الإيجابية ارقامهم

٣- استطيع التغلب على شعوري بالقلق
٤- اتصف بانني شخص هادئ ومتزن
٨- أستطيع ان استرخي عندما اريد ذلك
١٣- أستطيع المحافظة على علاقات حميمة مع أقربائي
١٤- استطيع كسب محبة الاخرين بسهولة
١٦- أستطيع نتفيذ الخطط التي اضعها للقيام بعمل ما
١٨- أعمل باجتهاد اذا فشلت في عمل ما.
٢٧- أعتقد انني شخص ذكي
٢٩- أتباطأ بتنفيذ جدول دراسي وضعته لنفسي.