



ISSN: 1817-6798 (Print)

Journal of Tikrit University for Humanities

available online at: <http://www.jtuh.tu.edu.iq>

Prof. Dr. Sura Asaad Jameel

College of Education for Human Sciences
University of Tikrit

* Corresponding author: E-mail: اميل الباحث

Keywords:sense of self-esteem,
confrontation efficiency**ARTICLE INFO****Article history:**

Received 29 Nov. 2021

Accepted 8 Feb 2022

Available online 30 May 2022

E-mail

journal.of.tikrit.university.of.humanities@tu.edu.iqE-mail : adxxxx@tu.edu.iq

Journal of Tikrit University for Humanities

The Feeling of Self-consideration and its Relationship to the Efficiency of Confrontation among University

A B S T R A C T

The current research aims to identify (the feeling of self-consideration and its relationship to the efficiency of confrontation among university students). The research is limited to a sample of (400) students from Tikrit University students of both sexes (males and females), and specialization (scientific, and humanitarian) for the academic year (2020). - 2021) The scales were applied to them electronically due to the Corona pandemic. The researcher adopts the confrontation efficiency scale presented by by (Friborg et al., 2003) and translated it into Arabic. The scale consists of (43) items distributed over five areas (personal competence, social competence, family cohesion, social support, and personal structure).), and in front of each paragraph there are five answers (always, often, sometimes, rarely, never), and the researcher also verified the psychometric properties of the scale: After analyzing the data, the following results showed:

- The sample has a good level of sense of self- steem, and the average scores of the sample members on the scale were statistically significant

-The sample has a good level of confrontation efficiency, and the average scores of the sample members on the confrontation efficiency scale were statistically significant.

-There is a positive, significant correlation between the sense of self-consideration and the efficiency of confrontation among the students of Tikrit University.

In light of the research results, the researcher recommends a set of recommendations and suggestions.

© 2022 JTUH, College of Education for Human Sciences, Tikrit University

DOI: <http://dx.doi.org/10.25130/jtuh.29.5.2022.19>

الشعور باعتبار الذات وعلاقته بكفاءة المواجهة لدى طلبة الجامعة

أ.م.د.سرى اسعد جميل/كلية التربية للعلوم الانسانية /جامعة تكريت

الخلاصة:

يهدف البحث الحالي التعرف الى (الشعور باعتبار الذات وعلاقته بكفاءة المواجهة لدى طلبة الجامعة),

واقصر البحث على عينة مؤلفة من (٤٠٠) طالب وطالبة من طلبة جامعة تكريت لكلا الجنسين (ذكور، وإناث)، والتخصص (العلمي، والإنساني) للعام الدراسي (٢٠٢٠-٢٠٢١) وقد تم تطبيق المقياس عليهم إلكترونياً بسبب جائحة كورونا، ولتحقيق أهداف البحث الحالي أعدت الباحثة مقياس الشعور باعتبار الذات إذ اعتمدت في اعداد المقياس على تعريف (CR. Rogers,1959) للشعور باعتبار الذات، يتكون المقياس من (٢٢) فقرة موقفية تعبر في مضامينها عن الشعور باعتبار الذات، وأن لكل فقرة ثلاث بدائل (٢، ١، ٠) . كما تبنت الباحثة مقياس كفاءة المواجهة المبني من قبل (Friborg et al.,2003) وقامت بترجمته الى اللغة العربية ويتألف المقياس من (٤٣) فقرة موزعة على خمسة مجالات هي: (الكفاءة الشخصية، الكفاءة الاجتماعية، التماسك الأسري، الدعم الاجتماعي، الهيكل الشخصي)، وإمام كل فقرة خمس اجابات (دائماً، غالباً، احياناً، نادراً، ابداً) وايضاً تحققت الباحثة من الخصائص السيكومترية للمقياس: وبعد تحليل البيانات اظهرت النتائج الاتي:

- تتمتع العينة بمستوى جيد من الشعور باعتبار الذات، وان متوسط درجات أفراد العينة على المقياس كان دال إحصائياً.
 - تتمتع العينة بمستوى جيد من كفاءة المواجهة، وان متوسط درجات أفراد العينة على مقياس كفاءة المواجهة كان دال إحصائياً .
 - وجود علاقة ارتباطيه موجبة دالة بين الشعور باعتبار الذات وكفاءة المواجهة لدى طلبة جامعة تكريت ..
- وفي ضوء نتائج البحث توصي الباحثة بمجموعة من التوصيات والمقترحات.

الفصل الاول / التعريف بالبحث

اولاً: مشكلة البحث:

إن الحياة المعاصرة مليئة بالأحداث المؤلمة التي طالت شرائح المجتمع المختلفة ومنهم " طلبة الجامعة فأدخلتهم في تحديات اجتماعية ومعرفية ، كانت أكثر تأثيراً عليهم لمناظرتها مرحلتهم العمرية التي تتضح فيها أفاق المستقبل لهم مما ينعكس سلباً على أدائهم الأكاديمي و علاقاتهم الاجتماعية مع الآخرين فضلاً عن ادراك الطالب الجامعي لذاته في ظل هذه التحديات تجعله يشعر باعتبار ذات منخفض، وهذا ما أشارت اليه نتائج دراسة (Thomas,2006) إلى أن طلبة الجامعة الذين تعرضوا إلى الاحداث النفسية والاجتماعية والأسرية، قد أدت بهم إلى إثارة التوتر لديهم ومن ثم أصبح لديهم اعتبار ذات منخفض، , Thomas (2006: 577).

ونظراً لاختلاف المرحلة الجامعية عن غيرها من المراحل الدراسية السابقة لها، لذلك يمكن أن يتعرض الطالب في هذه المرحلة الى العديد من المشاكل والمواقف الاجتماعية التي تتضمن

خبرات غير مرغوب فيها والتي تنطوي على الكثير من مصادر القلق وعوامل الخطر والتهديد في مجالات الحياة كافة (النيال وآخرون، ١٩٩٧: ٨٥).

اذ ان الأفراد الذين لديهم مستوى مرتفع من الشعور باعتبار الذات يمتلكون شخصيات ذات كفاءة وقدرات عالية ، وإمكانيات تسمح لهم بتجاوز العقبات والصعوبات ، ويكونون جديرين باتخاذ أحكام عقلانية صائبة تجاه المواقف التي يتعرضون لها في حياتهم ، على عكس الأفراد الذين يتصفون بانخفاض مستوى الشعور باعتبار الذات ، إذ يشعرون بانهم أشخاص غير كفؤين لانهم يحملون صورة سلبية متدنية عن ذواتهم وقدراتهم وإمكانياتهم التي قد تجعلهم عاجزين عن إصدار أحكام سليمة عند مواجهة عقبات وتحديات الحياة ، أو العجز عن اتخاذ أي قرار يخص مستقبلهم الدراسي أو المهني أو الزواجي (Blascovich & Tomaka, 1999: 186) .

اضافة الى التطور السريع الذي تشهده حياتنا المعاصرة أدى إلى ازدياد وتنوع مستلزمات الحياة، بل إن طموحات الفرد اختلفت وازدادت عما قبل، وقد فرض ذلك عليه مزيداً من الجهد والعمل المتواصل ليعيش حياة سعيدة مما جعله يشعر بحالة من التوتر والضغط النفسي (الضريبي، ٢٠١٠: ٦٧١).

ومن هذا المنطلق يبرز مفهوم كفاءة المواجهة Resilience ليفرض نفسه، فلا يمكن الحديث عن كفاءة المواجهة بمعزل عن الضغوط أو أحداث الحياة الاخرى فيتحدد نصيب الفرد من كفاءة المواجهة بقدر ما يستطيع أن يواجهه من تلك الأحداث و يتغلب عليها، فالفرد الذي لديه درجة عالية من كفاءة المواجهة يتسم بالمرونة في مواجهة الأزمات والنكبات والشدائد ويتوافق مع التحديات التي تفرضها عليه كافة الاحداث اي إن مصطلح كفاءة المواجهة يركز على جوانب القوة لدى الفرد ويعتبر أحد مصادر المقاومة لديه ويكسبه القدرة على التعامل مع عوامل الخطر ومواجهة أحداث الحياة (البحيري، ٢٠١١: ٤٨١).

ومما سبق يمكن ان نلخص مشكلة البحث الحالي من خلال التساؤل الآتي: -
- ما مستوى العلاقة الارتباطية بين الشعور باعتبار الذات وكفاءة المواجهة لدى طلبة الجامعة؟

ثانياً: أهمية البحث:

يعد الطالب الجامعي اليوم الشخص المنتظر منه إعطاء الأكثر لأجل وطنه، وإن يقدم كل ما يستطيع لأجل ازدهاره ورفقه ولا يتأتى ذلك ألا عن طريق توليه لكافة الأدوار الاجتماعية الموكلة إليه بصورة جيدة وعليه أن الطالب في هذه الحقبة من حياته سيتعرض للعديد من التغيرات والمشاكل المختلفة، لكي يستطيع المضي قدماً عليه ان يتحلى بشخصية قوية ويصبح وعيه بذاته أكثر إنتاجية (جبريل، ١٩٩٣: ١٣)
وان عدم استطاعة الفرد على اتخاذ قرار ما ، يكون نتيجة الأساليب التربوية المتبعة من قبل والديه في السنوات الأولى من عمره ، إذ تعد الأسرة المكون الأول الأساسي للفرد، والتي يتعلم من

خلالها المفاهيم والمبادئ الأولى والهامة للسلوك، كما تسعى فيها إلى إشباع حاجاته الأساسية والتي من أهمها وأبرزها: حاجته إلى الشعور باعتبار الذات بما يسمح له بتكوين صورة موجبة عن ذاته، والتي يتمكن من خلالها معرفة قدراته وإمكانياته واستغلالها بما تحقق أهدافه الدراسية والمستقبلية في مجالات عديدة ومختلفة، لذا فإن الجانب الإيجابي لمفهوم الشعور باعتبار الذات يرتبط بمدى الممارسة الإيجابية لها تجاه الأبناء من قبل الوالدين اللذان يعملان على تكوينه لديهم (بطرس ، ٢٠٠٥ : ٤٨٣) .

في حين أن انخفاض الشعور باعتبار الذات لدى الفرد بإمكانها أن تستدعي تدخل جوانب ومظاهر سلبية تؤثر على شخصيته خاصة في مجال دراسته وتتمثل في الدونية والنظرة التشاؤمية وضعف ثقته بنفسه وضعف كفاءة المواجهة مما تجعله يستسلم وبعجز أمام المواقف التي تتسم باتخاذ القرار والعزم على العمل عليه وهذا ما قد تؤدي الفرد إلى الفشل في تحقيق التلائم بين رغباته ومتطلبات بيئته، بالإضافة إلى أنه أصبح عاجزاً ويائساً تجاه المواقف والقضايا المصيرية (Kong,2009: 136) .

لذا فإن الشعور باعتبار الذات تعد الوعي الكبير الذي يحتوي على كل ما هو جميل داخل نفوس البشر وهي المشاعر التي تجعل الفرد مسؤولاً أن يشعر بتقديره لذاته عندما يزحف الإحساس بالاحتقار على كل مداركه وعواطفه (حافظ، ١٩٩٠ : ١٢) .

كما تبرز أهمية كفاءة المواجهة من خلال مساعدتها للفرد في استعادة توازنه بعد التعرض للصعوبات والمحن، بل وقد تمكنه من توظيف هذه المحن والصعاب لتحقيق النمو والتكامل. (ابوغزالة وآخرون ، ٢٠١٦ : ٧٤٧) ، وهي مؤشر لقدرة الفرد على تخطي الآثار السلبية الناتجة عن التعرض للخطر، وزيادة قدرته على التأقلم الناجح مع التجارب المسببة للصدمات، وتجنب الأشكال المختلفة للسلوك السلبي المرتبط بالمخاطر (2015:360 , Akin &Akin) .

ويرى بعض الباحثين أن كفاءة المواجهة تتضمن إمكانية الفرد للتعامل مع التغير أو المشقة، وأن الأفراد مرتفعي كفاءة المواجهة يستمرون في بذل الجهد بالرغم من المحن والاضطرابات؛ حيث تعمل كفاءة المواجهة على خفض الآثار السلبية للتوتر والقلق، وتجنب الآثار المحتملة للمواقف الصعبة. كما يتصف الأفراد ذوي المستويات المرتفعة من كفاءة المواجهة بأن لديهم مصادر شخصية متعددة منها: تقدير الذات، والثقة في الذات، والشعور باعتبار الذات والقدرة على ضبط النفس، والشجاعة والتفاؤل في مواجهة المحن، بالإضافة إلى عدم الاستسلام بسهولة (Lundman&Strandberg;Eiseman;Gustafson,2007) .

ثالثاً: أهداف البحث :

يستهدف البحث الحالي التعرف على:-

١- مستوى الشعور باعتبار الذات لدى طلبة الجامعة .

٢- مستوى كفاءة المواجهة لدى طلبة الجامعة.

٣- العلاقة الارتباطية بين الشعور باعتبار الذات وكفاءة المواجهة لدى طلبة الجامعة .

رابعاً: حدود البحث: -

يقتصر البحث الحالي على طلبة جامعة تكريت الدراسات الصباحية من الجنسين (ذكور - إناث) ومن كلا التخصصين (علمي - أنساني) وللعام الدراسي (٢٠٢٠-٢٠٢١).

خامساً: تحديد المصطلحات:

١- الشعور باعتبار الذات ((self- Regard sentiment عرفه كل من :-

▪ ((CR. Rogers, 1959)) :- حاجات اساسية يتميز بها الفرد من خلال وعيه بذاته و شعوره بالدفء و التعاطف و تقبل الاخرين كما هم عليه و تفاعله الايجابي من خلال بناء العلاقة الايجابية معهم (Rogers, 1959:287)

▪ (Rosenberg,1978) :- توجهات الفرد الشاملة نحو الذات سلبية كانت ام ايجابية (Rosenberg,1978: 279)

▪ ريزونر،(٢٠٠٠): الميل الى النظر للذات على انها قادرة على التغلب على تحديات الحياة وانها تستحق النجاح والسعادة (ريزونر،٢٠٠٠: ٢٢)

وقد تبنت الباحثة تعريف (Rogers, 1958): تعريفا نظريا لمفهوم الشعور باعتبار الذات

٢- كفاءة المواجهة (resilience) عرفها كل من :-

▪ (Friborg,et al,2003) :

"قدرة الفرد على استخدام أنظمة الدعم الأسري والاجتماعية والخارجية للتعامل بشكل أفضل مع الاجهاد والأزمات". (Friborg,et al,2003:66)

▪ (Masten,2009):

"القدرة الإيجابية للفرد على التكيف مع الضغوط النفسية وتمكنه من اداء وظائفه بشكل جيد". (Masten,2009:9)

▪ (عزيز،٢٠٢٠):

" قدرة الفرد وامكانياته في الخروج من الشدائد وتخطي الحواجز النفسية والتكيف الجيد مع ما يواجهه من صدمات وأحداث ضاغطة باستراتيجيات مناسبة للموقف وموصلة للهدف الذي يسعى اليه والاعتماد على الذات والمثابرة وتحقيق معنى الحياة". (عزيز،٢٠٢٠: ٤٠١)

❖ التعريف النظري لكفاءة المواجهة:

تبنت الباحثة تعريف (Friborg,et al,2003) تعريفا نظرياً لكفاءة المواجهة.

الفصل الثاني

إطار نظري ودراسات سابقة:

ستقوم الباحثة بتقديم إطاراً نظرياً لمتغيرات بحثها على وفق تسلسل متغيراتها في العنوان وكالاتي:

أولاً: - الشعور باعتبار الذات Self Regarding Sentiment

مفهوم الشعور باعتبار الذات:-

يصف (Maria,2000) الشعور باعتبار الذات بأنه اتجاهها إيجابياً ، أي شعور الفرد بالإيجابية مع نفسه متمثلة في الكفاءة والقوة والإعجاب بالذات واستحقاق الحب (Maria , 2000, 229) اما بوصفه حالة ، فقدمت كرسيتين وآخرون (Kristen , C. et .al .1999) تعريفاً لاعتبار الذات يتضمن حالة الفرد او نظريته الشاملة لذاته بما في ذلك التقييم والحكم على معرفة الذات التي تتضمن الإيجاب والسلب ، فالاعتبار الايجابي يرتبط بالصحة النفسية ، والاعتبار السلبي يرتبط بالاكتئاب(Kristen, C. et al., 1999: 470).

وينمو الشعور باعتبار الذات عند معظم مستويات خبرة الفرد النفسية في إطار أبعاد الذات المختلفة فتتشأ جانب الانفعالات و يرتبط بمختلف الأدوار التي يؤديها الفرد في الحياة وهذا ما أكدته (jendoubi,2000) بان الشعور باعتبار الذات هو شعور وجداني ثابت نسبياً بقيمة الذات الشخصية يفترض ان يؤسس على ادراكات دفيئة وواقعية للذات و يصنع تقويم لتلك الادراكات يشمل وجهة نظره عن ذاته ايجابيا او سلبيا فيمثل حكم الفرد على مدى كفاءته الشخصية وتجاهاته نحو نفسه و معتقداته عليها (jendoubi,2000:221).

عناصر الشعور باعتبار الذات:

هناك عناصر تؤدي دوراً مهماً في الشعور باعتبار الذات وهي:

١. مقدار الاحترام و التقبل فضلاً عن معاملة الآخرين المهمين في حياته التي تتسم بالاهتمام
٢. التعزيز الايجابي فله أثر في إعطاء الفرد حرية التفكير بالقيام بسلوكيات مستقبلية فضلاً عن التدعيم الذاتي الذي يتخذه الفرد في تحسين سلوكه (Bandura,1977:1)
٣. تاريخ نجاح الفرد متمثلاً بمؤثرات التقبل الاجتماعي و يقاس النجاح مادياً من خلال تكرار النجاح في أعمال معينة فتؤثر في شعوره باعتباره لذاته اما إذا تكرر الفشل يقل الشعور باعتبار الذات لكنه لا ينعدم فيحاول انجاز هذه الاهداف مرة أخرى (ابو غزال، ٢٠٠٦: ١٠٠)
٤. كيفية تفاعل الفرد مع المواقف او المصاعب التي يمر بها الفرد يؤدي الى عرض نافع في أداء الفرد يتمثل في ان النجاح يستلزم جهداً متواصلاً فتساعد في نمو الشعور الذاتي الايجابي (الناشي، ٢٠٠٥: ١٩)

٥. الخبرات و الأحداث المدركة المختلفة التي يمر بها الفرد تساعد على نمو الشعور باعتبار الذات فالخبرة السلوكية و النفسية المدركة تعمل على إتاحة الفرصة امام الذات لإثبات وجودها و توكيدها مما يساعد في نمو الشعور باعتبار الذات لدى الفرد (Mach,1983:31)
٦. هناك عوامل ثانوية أخرى لها دور في نمو الشعور باعتبار الذات تتمثل بعوامل شخصية كصورة الفرد عن ذاته، إذ تتضمن الخصائص و الإمكانيات التي تميز الفرد عن الآخرين، وهي تظهر أداء الآخرين عنه فيكون لها غالباً الشكل الاجتماعي. (رمضان، ٢٠٠٠: ٢٢٢-٢٢٣)

معايير الشعور باعتبار الذات:

- الثقة بالذات و النظرة الى الذات و حب الذات و ان التوافق و الانسجام بينهم يعطي شعوراً باعتبار الذات واحترام متوافقاً معها.
- فحب الذات:** هي القاعدة الأساس لشعور الفرد باعتباره لذاته و هي درع واقٍ ضد الأزمات و دافع قوي لمقاومة الصعاب وإعادة بناء الذات بعد الفشل يكون مبنياً على حب الفرد لذاته و لا يقيم بالانجاز لانه غير مشروط.
- النظرة إلى الذات:** تتمثل بالنظرة الايجابية و القوة الداخلية التي تدفع الفرد الى تحقيق السعادة رغم الصعوبات و الأحداث الضاغطة التي يمر بها الفرد في الحياة فهي نابعة من تصورات الوالدين حول الطفل .
- الثقة بالذات:** هي المعيار الفعلي للشعور باعتبار الذات و تعني قدرة الفرد على حسن التصرف في المواقف المهمة و الضاغطة (Ande, 1999,30) وان هذه المعايير تعد حاجة اساسية تمنو مع الفرد وتؤثر في اعتباره لذاته (عبد الله، ٢٠١٣: ١٦)

ابرز النظريات التي فسرت الشعور باعتبار الذات:

اولاً: نظرية وليام جيمس (١٩١٠ - ١٨٢٤):

يرى جيمس ان اعتبار الذات هو ناتج العلاقة بين النجاحات والانجازات وما يطمح الأفراد إليه في مختلف مجالات الحياة، أي ان نظرية جيمس في مفهوم الذات تقوم على العلاقة الموجودة بين ما يكون الأفراد عليه، وما يودوا او يتمنوا ان يكونوا عليه، وقد لخصها جيمس بالمعادلة الاتية: الشعور باعتبار الذات = النجاح ((Heine et al, 2003, 768)

ثانياً: - نظرية روزنبرغ 1965: Rosenberg:

عمل روزنبرغ على توضيح العلاقة بين اعتبار الذات الذي يتكون في إطار الأسرة، وأساليب السلوك الاجتماعي للفرد في المستقبل وبين ان اعتبار الذات مفهوما يعكس اتجاه الفرد نحو نفسه. وعرض فكرة ان الفرد يكون اتجاهها نحو كل الموضوعات التي يتعامل معها ومع الذات وشعوره بالاعتبار نحوها لأحد هذه

الموضوعات، ويكون الفرد نحوها اتجاها لا يختلف كثيراً عن الاتجاهات التي يكونها نحو الموضوعات الاخرى (Heine et al, 2003, 769) ،

فقد عد روزنبرغ ان إعتبار الذات الايجابي او السلبي هو انعكاس للوسط الاجتماعي الذي يعيش فيه الفرد، وقد أكد على دور الأسرة في تعزيز التقدير والاحترام والإعتبار للفرد (Rosenberg, 1978: 26)

ثالثاً: نظرية (كارل روجرز 1959 Carl Rogers)

نظر "روجرز" إلى الأفراد ، بأنهم في طبيعتهم متعاونون ، بناءون ،ويمكن الوثوق بهم .وعندما يتحررون من الدافعية فان استجاباتهم تكون ايجابية متقدمة للامام وبناءة . والبشر كأفراد لديهم إمكانية ان يعايشوا ويخبروا عن وعي تلك العوامل التي تسهم في عدم توافقهم ، ان الميل الى التوافق هو الميل نحو تحقيق الذات فالفرد كما يقول روجرز (لديه الطاقة ان يوجه وينظم ويضبط قيمة ذاته بشرط ان تتوافر شروط معينة ومحددة).وان البشر كائنات تعايش الخبرة بمعنى ان لهم مشاعر وأفكار و إرادات وتطلعات ،ويرى ان لب قيمة الانسان يكمن في هذه الخاصية التي يمارسها الشخص من داخله(مشاقبة، ٢٠٠٨: ١٤٠)،

ويشير روجرز " ان الفرد الذي يمتلك شعوراً باعتبار الذات يمتاز بالقدرة على التوافق بين مشاعره الداخلية وسلوكه الظاهري فيكون في حالة السواء، ولديه القدرة على الاتصال والتواصل مع الآخرين ويتسم كذلك بالاستقلالية والفخر بإنجازاته وهو قادر على تحمل المسؤولية ، ويقبل بحماسة التحديات الجديدة فيشعر بأنه قادر على التأثير بالآخرين ويعبر عن مدى واسع من الانفعالات ويصبح الفرد في حالة السواء عندما تتطابق ذاته الحقيقية(real-self) التي تجسد النزعة لتحقيق (actualizing tendency) حاجات القيمة الانسانية (organismic valuing) مع ذاته المثالية (ideal-self) التي تمثل ما يود الشخص في الغالب ان يمتلكه ويتضمن الادراكات والمعاني التي من المحتمل ان تتعلق مع الذات يضع لها الفرد قيمة مرتفعة (اعتبار ايجابي للذات) وهذه هي صفات الفرد السليم كما وصفها روجرز(برافين ، ٢٠١٠: ١١٠)

تبنت الباحثة نظرية (كارل روجرز 1958 Carl Rogers) واعتمدتها في بناء مقياسها كونها تعد النظرية الاولى حسب علم الباحثة التي تناولت مفهوم الذات واعطت صورة واضحة عن مفهوم اعتبار الذات ، واعتمدت عليه أغلب النظريات الاخرى التي تناولت نفس المفهوم.

ثانياً: كفاءة المواجهة

مفهوم كفاءة المواجهة:

النزعة نحو المواجهة الفعالة للمواقف الحياتية، بغض النظر عن الأسلوب المستخدم من أجل التوافق مع الضغوط البيئية".(Schroder,2004:125). كذلك يبين المفهوم لها انها عملية التكيف بشكل جيد مع الصدمات والتهديدات والأحداث الأخرى بطرق مختلفة.(Moreland&Dumas,2008:439). في حين

توضح بانها قدرة الفرد على مقاومة الخبرات القاسية والمواقف الصعبة وتمكنه من النهوض بفاعلية بعد هذه الضغوط والأزمات، وتتضمن استجابات مبنية على دلائل تهتم بالفروق الفردية في الاستجابات تجاه الضغوط والأزمات. كما توضح بأنها العملية المستمرة للتكيف الشديد مع أي صدمة أو أزمة أو مأساة أو تهديد أو أي مصدر للضغوط.. ويوضح (الضبع وآخرون, ٢٠١٦: ١٩١) "كفاءة المواجهة بكونها القدرة على استخدام استراتيجيات تكيفية في مواجهة المواقف الصعبة وخبرات الفشل، ومقاومة العجز المتعلم، كمحاولة للتخلص من الأعراض الاكتئابية المصاحبة، وتحقيقا للرفاهية الذاتية".

مكونات كفاءة المواجهة:

تساهم مجموعة متفاعلة من العوامل في تكوين كفاءة المواجهة حيث أشار كل من ١- ويرنر وسميث (Werner & Smith, 1982), أن لدى الأطفال ذوي كفاءة المواجهة بعض الخصائص منها : الاعتماد على الذات، الاستقلالية، التعاطف، تحديد الهدف، الفضول، مهارات حل المشكلات، علاقات أفضل مع الرفاق عن أقرانهم الأقل في كفاءة المواجهة. Werner & Smith, (1982:43)

- ٢- اما (Wagnild&Young,1993) أشارا إلى مكونات كفاءة المواجهة بما يلي:
- **المعنى:** يتضمن المعنى إدراك الفرد الهدف من حياته وقيمه الشخصية، وشعوره ان هناك أهداف تستحق السعي من أجل تحقيقها.
 - **الاتزان:** يشير إلى نظرة الفرد المتزنة للحياة، النظر إلى اكبر قدر ممكن من الخبرات بهدف تخفيف التوتر ومواجهة الشدائد.
 - **الاعتماد الذاتي:** يتضمن اعتقاد الفرد في ذاته، إيمانه بإمكانياته الشخصية الكامنة، قدرته على تحديد مواطن القوة والضعف في شخصيته.
 - **المثابرة:** أي الإصرار على تحقيق الهدف بالرغم من الصعوبات والمعوقات، الرغبة في الكفاح والاستمرار من اجل تحقيق الهدف.
 - **الوحدة الوجودية:** وتتضمن أن لكل فرد مسار مختلف في حياته يشعره بالتفرد عن الآخرين.
- (Wagnild&Young,1993:167-168)

خصائص الأفراد ذوي كفاءة المواجهة المرتفعة

برى روتر (Rutter ,1987) أن كفاءة المواجهة هي عامل تخفيف يعمل على حماية الأفراد من الاضطرابات النفسية، لذلك ان الأفراد ذوي كفاءة المواجهة يتمتعون بخصائص عديدة، كاحترام الذات، والثقة بالنفس ، والكفاءة الذاتية، كما لديهم مخزون من مهارات حل المشكلات، و علاقات شخصية سليمة (Rutter,1987:25). ويرى فان جالين وآخرون (Van Galen et.al,2006) أن ذوي كفاءة المواجهة العالية يتميزون بالخصائص والسمات الآتية:

١. الإيمان بان الضغوط تزيد من قوة الفرد.

٢. القدرة على التكيف مع الآخرين.

٣. تقدير الذات.

٤. الشعور بالهدف من الحياة.

٥. القدرة والمهارة على حل المشكلات.

(Van Galen et.al,2006:6)

٦. القدرة على المقاومة

٧. يمتازون بمستوى جيد من القدرة على الإنجاز.

٨. يتصفون بانهم ذو وجهة ضبط داخلية.

٩. اكثر مبادأة ونشاط وذو دافعية أفضل.

١٠. اكثر اقتدار وميلا للقيادة والسيطرة.

ابرز النظريات التي فسرت كفاءة المواجهة:

اولا : نظرية موس وشيفر ١٩٨٦ (Moos and Schaefer 1986) :- يفسر موس وشيفر عملية المواجهة الايجابية بدخول الفرد مرحلة التعامل مع الموقف الضاغط معرفياً وسلوكياً لحشد طاقاته المعرفية وجهوده السلوكية والوجدانية للتكيف مع الموقف الضاغط ومواجهتها باختيار استراتيجيات ايجابية ليحقق الفرد توافقاً سوية في صورة حلول ايجابية وفعالة في مواجهة الموقف ، في حين ان الفرد الذي يختار حلولاً غير سلمية يكون تكيفه مضطرباً مما تؤثر في حياته الراهنة وتندره بتحولاتها المستقبلية غير المتوقعة . (موسى ، ١٩٧٦ : ٥٣).

ثانيا: نظرية التحليل النفسي:- تعد آليات الدفاع من منظور التحليل النفسي من أهم استراتيجيات التعامل ومقاومة الضغوط النفسية حيث يرى "سيجموند فرويد" أن الناس يلجؤون اليها لحماية أنفسهم وتساعدهم على معالجة الصراعات والاحباطات وبالتالي فهي أساليب عقلية لا شعورية تقوم بتشويه الخبرات وتزييف الافكار والصراعات التي تمثل تهديداً وتساعد على خفض التوتر والقلق اثناء المواجهة وتشمل عملية المواجهة حسب النظرية التحليلية على سلسلة من الاستراتيجيات تتطور انطلاقاً من آليات أولية غير ناضجة الى آليات ناضجة (عشعش، ٢٠١٦: ٤٥)

ثالثا: نظرية كفاءة المواجهة للعالمان (Wagnild&young,1987) عرفا كفاءة المواجهة: بأنها تجعل الفرد يواجه أحداث الحياة ويشخصها من خلال فهم طريقة مقاومة الضغط والتأقلم بنجاح مع

مكوناتها ولقد وضع (Wagnilid&young) بأن هناك (٥) مكونات مترابطة شخصلت لتشككل عوامل كفاءة المواجهة لدى الفرد وهي

١. الاعتماد الذاتي (Self-reliance): وهي اعتقاد الفرد بذاته على أنه لديه قدرة على الاعتماد الذاتي بقدراته التي تعتمد على نفسه وتميز قوة شخصيته ومداها.

٢. المثابرة (perseverance): وهي الفعل الذي يؤدي الى الاصرار على الرغم من عدم التشجيع والاستعداد للاستمرار بالكفاح لأعادة حياه الفرد ويبقيه مشارك ومتمرن على تهذيب نفسه.

٣. الاتزان (equanimity): وهو الموازنة والاعتدال بين حياة الفرد مع خبراته .

٤. المعنى (meaningfulness): ادراك الحياة والغرض والقيمة من اسهامات الفرد لذاته، ونقل احساسه لأشياء يملكها الى الحياة الواقعية.

٥. العزلة الوجودية (Existential abnenes): وهي ادراك أن لكل فرد حياته الخاصة التي تمر عبر خبرات فريدة من نوعها وأن بعض الخبرات فريدة من نوعها وان بعض الخبرات تشترك وتبقى ايضاً لدى الآخرين لكن كل فرد يواجهها لوحده وتمنح العزلة الوجودية مشاعر الحرية واحاسيس فريدة تخص كل فرد على حده. (Wagnild&young,1993:167-168)

وقد أشار (Rutter,1985) في مقالة نشرت له "الحماية ومقاومة الاضطراب النفسي" الى أن هناك فروقا فردية وخبرات حياتية من شأنها أن تؤثر على تطور أو مقاومة الضغوطات والشدائد والمحن الاجتماعية التي تواجه الأفراد. (Rutter,1985:598)

وقد اعتمدت الباحثة نظرية ويجنلد ويونج اساساً نظرياً لها لسببين هما:

١- دقة تحديده لمفهوم كفاءة المواجهة.

٢- الاكثر ملائمة ووضوحاً للبحث الحالي.

الدراسات السابقة

اولاً: دراسة تناولت الشعور باعتبار الذات

• دراسة (رشيد ،٢٠١٩): هدفت هذه الدراسة الى التعرف على (التسامح والشعور باعتبار الذات وعلاقتها بالحكم الادراكي لدى طلبة الجامعة المتعرضين للضغوط الصدمية) ، وتحدد مجتمع هذه الدراسة بطلبة الجامعة العاديين والمتعرضين للضغوط الصدمية، واختارت الباحثة عينة بلغت (٤٠٠) طالب وطالبة، وقامت الباحثة ببناء ثلاث ادوات لهذا الغرض ، وقامت باستخراج الخصائص السيكومترية لهذه الادوات ، وبعد تطبيق هذه الادوات اظهرت النتائج امتلاك عينة البحث من الطلبة العاديين تسامح واعتبار ذات وحكم ادراكي جيد فضلاً ان العلاقة بين المتغيرات كانت علاقة طردية وان الشعور باعتبار الذات والحكم الذاتي يسهم اسهام فعلي في متغير التسامح .

ثانياً: دراسة تناولت كفاءة المواجهة:

- دراسة الجناعي (٢٠١٤): هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين جودة الحياة وكل من كفاءة المواجهة والتوكيدية لدى طلبة الجامعة في الكويت، إلى جانب التعرف على الفروق الجنسية بين هذه المتغيرات، تكونت عينة الدراسة من (٢٠٠) طالب وطالبة من طلبة جامعة الكويت تتراوح أعمارهم بين (١٨-٢٦) عام وأشارت النتائج الى امتلاك طلبة الجامعة لكفاءة المواجهة ووجود علاقة ذات دلالة إحصائية عند (٠,٠١) بين نوعية الحياة وكفاءة المواجهة لدى عينة من طلبة الجامعة وايضاً توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠١) بين كفاءة المواجهة والتوكيدية لدى عينة من طلبة الجامعة . وايضاً لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في نوعية الحياة وكفاءة المواجهة والتوكيدية.

الفصل الثالث/ منهجية البحث واجراءاته:-

أولاً: منهجية البحث:

اعتمدت الباحثة منهج البحث الوصفي الارتباطي في هذا البحث لملائمة مشكلة بحثها الحالي وهدفه، لكونه أحد أساليب البحث العلمي الملائمة لدراسة العلاقات الارتباطية بين المتغيرات، إذ يتركز اهتمامه على وصف الظاهرة، وتحديد العلاقات بين عناصرها، أو بينها وبين ظاهرة أخرى. لغرض تحليلها وتفسيرها وتقويمها والوصول إلى تعميمات ذات معنى تزيد من التبصر في الظاهرة. (عباس وآخرون، ٢٠٠٩: ٧٤) ويعبر عنها تعبيراً نوعياً وكمياً، من أجل تحديد نوع الارتباطات (العلاقات) بين المتغيرات وحجمه. (الزوبعي ، والغنام، ١٩٨١: ٥٢).

ثانياً: مجتمع البحث Research community

تم تحديد مجتمع البحث المتمثل بطلبة جامعة تكريت للتخصصات (العلمية والانسانية) من العام الدراسي (٢٠٢٠-٢٠٢١)، وللدراسة الصباحية فقط، وقد بلغ مجتمع البحث (٢١٦٩٩) طالباً وطالبة، بواقع (٨٠١٧) طالباً وطالبة من التخصص العلمي بنسبة (٣٧%)، وبواقع (١٣٦٨٢) طالباً وطالبة من التخصص الإنساني بنسبة (٦٣%). وجدول (١) يوضح حجم مجتمع البحث موزع بحسب الجنس (ذكور - إناث) والتخصص (علمي - أنساني). أمّا فيما يخص متغير النوع ، فقد بلغت نسبة الذكور (٥٧%) بواقع (١٢٤٢٢) طالباً ، بلغت نسبة الإناث (٤٣%) وبواقع (٩٢٧٧) طالبة والجدول (١) يوضح ذلك

جدول (١) مجتمّع البحث موزعاً الجنس والتخصص

المجموع الكلي	الجنس		مجتمع البحث	
	اناث	ذكور		
٨٠١٧	٣٣٩٢	٤٦٢٥	علمي	التخصص
١٣٦٨٢	٥٨٨٥	٧٧٩٧	انساني	
٢١٦٩٩	٩٢٧٧	١٢٤٢٢	المجموع الكلي	

ثالثاً : عينة البحث :

لجأت الباحثة إلى اختيار عينة عشوائية طبقية لكي تكون ممثلة للطبقات المختلفة في المجتمع الأصلي . إذ تمّ اختيار عينة بلغت (٤٠٠) طالب وطالبة بواقع (٢٣٠) طالب و(١٧٠) طالبة ، وكما موضح في جدول (٢) .

جدول (٢) عينة البحث موزعة الجنس ، والتخصص

المجموع الكلي	الجنس		مجتمع البحث	
	اناث	ذكور		
١٤٨	٦٢	٨٦	علمي	التخصص
٢٥٢	١٠٨	١٤٤	انساني	
٤٠٠	١٧٠	٢٣٠	المجموع الكلي	

رابعاً : أدوات البحث:

اولاً : مقياس الشعور باعتبار الذات:

١- وصف المقياس : بعد اطلاع الباحثة على الاطر النظرية ، والأدبيات السابقة لموضوع البحث ، فقد تم اعداد فقرات مقياس اعتبار الذات والذي يتكون من (٢٢) فقرة موقفية تعبر في مضامينها عن الشعور باعتبار الذات، وأن لكل فقرة ثلاث بدائل (٠، ١، ٢) .

٢- صلاحية المقياس وفقراته (الصدق الظاهري): - قامت الباحثة بعرض مقياس الشعور باعتبار الذات وبدائله وفقراته على مجموعة من المحكمين المتخصصين في القياس والتقويم وعلم النفس التربوي والارشاد بلغ عددهم (١٠) محكماً وقد حصلت موافقتهم على جميع فقرات المقياس وتعليماته وطريقة تصحيحه بنسبة (١٠٠%) .

٣- طريقة تصحيح المقياس:- يصحح مقياس الشعور باعتبار الذات الذي بلغ (٢٢) فقرة موقفية وكانت بدائل هذا المقياس في أوزانها بحسب اتجاه الفقرات، فالفقرة الدالة على الشعور باعتبار الذات هي الفقرة المعبرة عن الاتجاه الموجب (مع المتغير) أُعطيت الدرجة المرتفعة لسمه الاعتبار عند التصحيح (٢) ، أما الدرجة (١) أُعطيت لسمه الاعتبار المحايد ، أما الفقرة الدالة على عدم الشعور باعتبار الذات هي الفقرة المعبرة عن الاتجاه السلبي (عكس المتغير) أُعطيت الدرجة المنخفضة عند التصحيح (٠).

٤- التحليل الإحصائي لفقرات مقياس الشعور باعتبار الذات:

أولاً: تمييز الفقرات:

ويقصد بالقوة التمييزية للفقرات هي قدرتها على التمييز بين المجموعة العليا والمجموعة الدنيا ومن الافراد الحاصلين على الدرجات المرتفعة والافراد الحاصلين على الدرجات المنخفضة في الصفة المراد قياسها. (الظاهر وآخرون، ٢٠٠٢: ١٢٩)

لقد تحقق من قوة الفقرات في التمييز بين الافراد بتطبيق المقياس على عينة التحليل الإحصائي والبالغة (٤٠٠) طالب وطالبة من طلبة جامعة تكريت علما ان تطبيق المقياس كان الكترونياً من خلال انشاء رابط للمقياسين وتطبيقه بصورة الكترونية، وقد صُحّحت الإجابات، ثم احتسبت الدرجة الكلية لكل استمارة، وقد رتب جميع الاستمارات من أعلى درجة كلية إلى أدنى درجة كلية، بعد ذلك حددت المجموعتين الطرفيتين بنسبة (٢٧ %) من الافراد وبذلك أصبح عدد الأفراد في كل مجموعة (١٠٨) طالباً وطالبة وبعد تطبيق الاختبار التائي لعينتين مستقلتين (Independent Samples t-test) لمعرفة دلالة الفرق بين المجموعتين الطرفيتين في درجات كل فقرة من فقرات المقياس تبين أنَّ القيم التائية المحسوبة تتراوح بين (٤,٨٥٧ - ٦,٣٢٨) وهي أكبر من القيمة الجدولية التي تبلغ (١,٩٦) بدرجة حرية (٢١٤) ومستوى ثقة (٠,٠٥) .

ثانياً: أسلوب الاتساق الداخلي :

تمَّ حساب علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الشعور باعتبار الذات باستعمال معامل ارتباط بيرسون، لعينة التحليل الإحصائي (٤٠٠) طالب وطالبة، وقد تراوحت قيم معامل ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية للمقياس بين (٠,٣٩٧ - ٠,٦٣٩) وهي أعلى من القيمة الحرجة لمعامل الارتباط عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٣٩٨) والبالغة (٠,٠٩٨) .

الخصائص السيكومترية للمقياس:

أولاً : صدق المقياس:

قد تحقق في مقياس الشعور باعتبار الذات الصدق بنوعيه:

١- الصدق الظاهري: تحقق الصدق الظاهري لمقياس الشعور باعتبار الذات من خلال عرضه على مجموعة من المحكمين, والآخذ بأرائهم حول مدى صلاحية فقرات المقياس وتعليماته, وقد اتفق جميع الخبراء على صلاحية فقرات المقياس.

٢- صدق البناء: تم التحقق من هذا النوع من الصدق من خلال استخراج القوة التمييزية وعلاقة الفقرة بالدرجة الكلية وبذلك تحقق هذا النوع من الصدق.

ثانياً : ثبات المقياس:

لقد تم التأكد من ثبات مقياس الشعور باعتبار الذات من خلال طريقة الفاكرونباخ وكالاتي:

■ معادلة الفا كرونباخ:

لحساب قيمة ثبات الفاكرونباخ استخدمت إجابات عينة التحليل الإحصائي البالغ حجمها (٤٠٠) طالب وطالبة, وكانت قيمة معامل ثبات الفاكرونباخ (٠,٨٦) وهو مؤشر جيد على ثبات مجالات المقياس, إذ أكد كرونباخ أن المقياس الذي معامل ثباته عالٍ هو مقياس دقيق (Cronbach, 1964:639)

ثانياً : مقياس كفاءة المواجهة:

١- وصف مقياس كفاءة المواجهة بصيغته النهائية

تبنت الباحثة مقياس كفاءة المواجهة المعد من قبل (Friborg et al.,2003) وقامت بترجمته الى اللغة العربية باتباعها الخطوات العلمية الدقيقة , ويتألف المقياس من (٤٣) فقرة موزعة على خمسة مجالات هي: (الكفاءة الشخصية, الكفاءة الاجتماعية, التماسك الأسري, الدعم الاجتماعي, الهيكل الشخصي), وهذه الفقرات عبارة عن مجموعة من الاسئلة وعلى المستجيب الاجابة عن هذه الاسئلة وامام كل فقرة خمس اجابات (دائماً, غالباً, احياناً, نادراً, ابدأ), ويضع الطالب إشارة (٧) على البديل الذي يتفق مع مشاعره ويتم الاجابة على واحدة من الخيارات التي امام الفقرة .

٢. **تصحيح المقياس:** اعتمدت الباحثة تدرج الاجابة الخماسي (طريقة ليكرت) عن فقرات المقياس (دائماً, غالباً, احياناً, نادراً, ابدأ), تعد هذه الطريقة الاكثر شيوعاً في مجال القياس النفسي إذ يعطى للبديل دائماً الوزن (٥), والبديل غالباً الوزن (٤), والبديل احياناً الوزن (٣), والبديل نادراً الوزن (٢), والبديل ابدأ الوزن (١) بالنسبة للفقرات الايجابية, وبالعكس للفقرات السلبية علماً ان المقياس يحتوي على فقرات ايجابية وسلبية.

٣. صلاحية المقياس: قامت الباحثة بعرض المقياس المُعد لقياس كفاءة المواجهة على (١٠) من السادة المحكمين المختصين في مجال العلوم التربوية والنفسية وعُدلت في ضوء ملاحظاتهم صياغة بعض الفقرات وقد تمت الموافقة على جميع الفقرات من قبل المحكمين بنسبة (١٠٠%)

٤. التحليل الإحصائي لفقرات مقياس كفاءة المواجهة:

أولاً: تمييز الفقرات:

لقد تحقق من قوة الفقرات في التمييز بين الافراد بتطبيق المقياس على عينة التحليل الإحصائي والبالغة (٤٠٠) طالب وطالبة من طلبة الجامعة علماً ان تطبيق المقياس كان الكترونياً بسبب جائحة كورونا من خلال انشاء رابط للمقياس، وقد صُحّحت الإجابات، ثم احتسبت الدرجة الكلية لكل استمارة، وقد رتب جميع الاستمارات من أعلى درجة كلية إلى أدنى درجة كلية، بعد ذلك حددت المجموعتين الطرفيتين بنسبة (٢٧ %) من الافراد وبذلك أصبح عدد الأفراد في كل مجموعة (١٠٨) طالباً وطالبة وبعد تطبيق الاختبار التائي لعينتين مستقلتين (Independent Samples t-test) لمعرفة دلالة الفرق بين المجموعتين الطرفيتين في درجات كل فقرة من فقرات المقياس تبين أن القيم التائية المحسوبة تتراوح بين (٣.٨٦٧ - ٧.٧٩٨) وهي أكبر من القيمة الجدولية التي تبلغ (١,٩٦) بدرجة حرية (٢١٤) ومستوى ثقة (٠,٠٥)

ثانياً: أسلوب الاتساق الداخلي :

تمّ حساب علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس كفاءة المواجهة، باستعمال معامل ارتباط بيرسون، لعينة التحليل الإحصائي (٤٠٠) طالب وطالبة، وقد تراوحت قيم معامل ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية للمقياس بين (٠,٤١٠ - ٠,٦٧٣) وهي أعلى من القيمة الحرجة لمعامل الارتباط عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٣٩٨) والبالغة (٠,٠٩٨) .

الخصائص السيكومترية للمقياس:

أولاً : صدق المقياس:

قد تحقّق في مقياس كفاءة المواجهة الصدق بنوعيه:

١- الصدق الظاهري: تم التحقق من هذا الصدق لمقياس كفاءة المواجهة من خلال عرضه بصيغته الأولية على مجموعة من المحكمين المختصين في مجال التربية وعلم النفس إذ بلغ عددهم (١٠) وكما مرّ ذكره في إجراءات تبني المقياس.

٢- صدق البناء: تم التحقق من هذا النوع من الصدق للمقياس من خلال القوة التمييزية للفقرات والاتساق الداخلي كما مر ذكره سابقاً.

ثانياً : ثبات المقياس:

لقد تم التأكد من ثبات مقياس كفاءة المواجهة بطريق الفاكرونباخ فقد استخدمت إجابات عينة التحليل الإحصائي البالغ حجمها (٤٠٠) طالب وطالبة، وكانت قيمة معامل ثبات المقياس بأستعمال معادلة الفا كرونباخ (٠,٨٨) مما يشير إلى انسجام الفقرات فيما بينها.

الوسائل الاحصائية

استخدمت الباحثة الوسائل الاحصائية المناسبة واستعانت بالحقيبة الاحصائية (SPSS) في معالجة البيانات واستخراج النتائج ، وكما يأتي :

- ١- معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) أستخرج معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية للمقياسين وأستخرج العلاقة الارتباطية بين المتغيرين.
- ٢- الاختبار التائي لعينة واحدة لمعرفة دلالة الفرق بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي للمقياسين.
- ٣- الاختبار التائي لدلالة معاملات الارتباط
- ٤- الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لاستخراج التمييز لفقرات المقياسين.
- ٥- معامل الفاكرونباخ: لاستخراج الثبات للمقياسين.

الفصل الرابع / عرض النتائج وتفسيرها :

الهدف الاول : التعرف على الشعور باعتبار الذات لدى طلبة الجامعة.

لتحقيق هذا الهدف قام الباحث بتطبيق مقياس الشعور باعتبار الذات المتكون من (٢٢) فقرة على عينة البحث المتكونة من (٤٠٠) طالب وطالبة. وأظهرت نتائج البحث إلى أن المتوسط الحسابي لدرجات هذه العينة على المقياس قد بلغ (٢٦,٤٢) درجة وبانحراف معياري قدره (٧,٦٤٧) درجة، وعند معرفة دلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي الذي بلغ (٢٢) درجة ، تبين ان الفرق دال احصائيا عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ، إذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (١١,٥٧٠) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦)، وبدرجة حرية (٣٩٨) وهذا يعني ان طلبة الجامعة يمتلكون الشعور باعتبار الذات بمستوى جيد والجدول (٣) يوضح ذلك.

جدول (٣) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية لمقياس الشعور باعتبار الذات

المتغير	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية t *		الدلالة (٠,٠٥)
					المحسوبة	الجدولية	
الشعور باعتبار الذات	٤٠٠	٢٦,٤٢	٧,٦٤٧	٢٢	١١,٥٧٠	١,٩٦	دالة

ويمكن تفسير هذه النتيجة أن توافق الطلبة يؤدي إلى ارتفاع الشعور باعتبار الذات نتيجة زيادة الخبرات في إطارهم المرجعي أو الذين يمرون بخبرات جيدة بصورة مستمرة خلال حياتهم يواجهون على الأغلب مستويات عالية ودالة من تقبل واحترام الذات ويرى (روجرز) أن الشخص (السليم أو الصحي) هو الذي يفهم كل تجربة تتلائم مع اعتباره لذاته واحترامه لها على أنها تطوير لذاته. وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتيجة دراسة (رشيد ٢٠١٩) في أن طلبة الجامعة يمتلكون الشعور باعتبار الذات بمقدار جيد .

الهدف الثاني : التعرف على كفاءة المواجهة لدى طلبة الجامعة.

لتحقيق هذا الهدف قام الباحث بتطبيق مقياس كفاءة المواجهة المتكون من (٤٣) فقرة على عينة البحث المتكونة من (٤٠٠) طالب وطالبة. وأظهرت نتائج البحث إلى أن المتوسط الحسابي لدرجات هذه العينة على المقياس قد بلغ (١٣٧,٦٦١) درجة وبانحراف معياري قدره (١٢,٢١٩) درجة، وعند معرفة دلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي الذي بلغ (١٢٩) درجة ، تبين أن الفرق دال احصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ، إذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (١٤,١٩٨) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦)، وبدرجة حرية (٣٩٨) وهذا يعني أن طلبة الجامعة يمتلكون كفاءة المواجهة بصورة جيدة والجدول (٤) يوضح ذلك

جدول (٤) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية لمقياس كفاءة المواجهة

المتغير	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية * t		الدلالة (٠,٠٥)
					المحسوبة	الجدولية	
كفاءة المواجهة	٤٠٠	١٣٧,٦٦١	١٢,٢١٩	١٢٩	١٤,١٩٨	١,٩٦	دالة

وهذه النتيجة جاءت متفقة مع الاطار النظري ل(ويجنلد ويونج) إذ أن كفاءة المواجهة تعد سمة فطرية يمكن لأي فرد أن يمتلكها، وهي عملية ديناميكية تتحقق في سياق النمو بالإضافة الى أنها تزداد أو تقل تبعاً لظروف الحياة وهي تتفق مع دراسة (Wagnild & Young, 1993)، وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع نتيجة دراسة (الجناعي ٢٠١٤) في امتلاك طلبة الجامعة لكفاءة المواجهة بمقدار جيد.

الهدف الثالث : التعرف على العلاقة الارتباطية بين الشعور باعتبار الذات وكفاءة المواجهة لدى طلبة الجامعة.

للتحقق من هذا الهدف ، قامت الباحثة بأخذ اجابات عينة البحث على مقياس الشعور باعتبار الذات واجاباتهم على مقياس كفاءة المواجهة ، ثم استعملت الباحثة معامل ارتباط بيرسون فكانت النتائج كما مبينة في الجدول (٥).

الجدول (٥) العلاقة بين الشعور باعتبار الذات وكفاءة المواجهة

العدد	قيمة معامل الارتباط بين الشعور باعتبار الذات وكفاءة المواجهة	القيمة التائية		مستوى الدلالة (٠,٠٥)
		المحسوبة	الجدولية	
٤٠٠	٠,٤٨٦	١١,١٧٢	١,٩٦	دالة

يتبين من الجدول اعلاه ان قيمة معامل الارتباط بين الشعور باعتبار الذات وكفاءة المواجهة قد بلغت (٠,٤٨٦), ولمعرفة دلالة العلاقة استخدمت الباحثة الاختبار التائي لدلالة معامل الارتباط وقد بلغت القيمة التائية المحسوبة (١١,١٧٢) , وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٣٩٨) , وهذا يعني ان العلاقة بين الشعور باعتبار الذات وكفاءة المواجهة هي علاقة طردية دالة احصائيا, اي انه كلما كان الطالب يمتلك الشعور باعتبار الذات عالي كانت كفاءة المواجهة لديه جيدة. وتفسر هذه النتيجة باعتبار ان فهناك علاقة مباشرة بين الشعور باعتبار الذات وكفاءة المواجهة. وهذا العلاقة تؤدي الى النجاح والكفاءة ويشتمل النجاح العلمي، والقدرة على تكوين علاقات اجتماعية جيدة. إذ يحتاج الشخص إلى قدر من الشعور باعتبار الذات، ليستطيع ان يواجه متطلبات الحياة المهنية والاجتماعية والعلمية ويرى نفسه بأنه ناجح في عيون الآخرين.

الاستنتاجات : في ضوء نتائج البحث الحالي يمكن استنتاج ما يأتي:

١. طلبة الجامعة يمتلكون مستوى جيد من الشعور باعتبار الذات لكون القيمة التائية المحسوبة كانت أعلى من القيمة التائية الجدولية اي دالة إحصائيا لصالح الوسط الحسابي.
٢. طلبة الجامعة يمتلكون مستوى جيد من كفاءة المواجهة لكون القيمة التائية المحسوبة كانت أعلى من القيمة التائية الجدولية اي دالة إحصائيا لصالح الوسط الحسابي.
٣. أن العلاقة الارتباطية بين متغير الشعور باعتبار الذات وكفاءة المواجهة بالنسبة لعينة طلبة الجامعة كانت طردية دالة احصائيا .

التوصيات: في ضوء نتائج البحث التي تم التوصل إليها توصي الباحثة بما يأتي :-

١. وضع برامج إرشادية لتنمية سمة الشعور باعتبار الذات وكفاءة المواجهة.
٢. الاستفادة من نتائج البحث لدى طلبة الجامعة لغرض تشخيص الطلبة الذين لا يمتلكون سمة الشعور باعتبار الذات ووضع برامج إرشادية لغرض تعديل سلوكهم

٣. الاهتمام بالأساليب والأنشطة والبرامج الإرشادية التي تحفز طلبة الجامعة على تنمية الشعور باعتبار الذات عندهم وتعزيز الجوانب الايجابية عندهم في كيفية مواجهة المواقف الاجتماعية والأكاديمية بكفاءة التي يواجهونها في الجامعة بصفة خاصة والمجتمع بصفة عامة.

المقترحات : يقترح البحث الحالي القيام بما يأتي:-

١. تطبيق الدراسة الحالية على عينات اخرى مثل طلبة المرحلة الاعدادية ومقارنه نتائجها مع نتائج الدراسة الحالية .

٢. اجراء دراسة عن علاقة كفاءة المواجهة بمتغيرات اخرى مثل (الدعم الاجتماعي , القيود الاجتماعية).
٣. اجراء دراسة عن علاقة الشعور باعتبار الذات بمتغيرات اخرى مثل (التوجه نحو الحادثة, دافعية الانجاز).

المصادر:-

1. Rimawi, Muhammad and others (2008): General Psychology, Dar Al-Masira, Amman, Jordan
2. Abu Ghazal, Muawiya Mahmoud (2006), theories of human development and their educational applications. 1st floor, Dar Al Masirah for Publishing and Distribution, Amman.
3. Abu Ghazaleh, Samira Ali Jaafar and al-Jundi, Muhammad Shaaban, and Siddiq, Muhammad al-Sayed (2016): The efficiency of confrontation and its applications in the educational and psychological field, Faculty of Graduate Studies of Education, Cairo University, No. 24, Part 2.
4. Abu Zaitoun, Jamal Abdullah (2010) Emotional intelligence among gifted and talented students enrolled in private schools in the light of some demographic variables, 1st Edition, Journal of Educational and Psychological Sciences, Volume: 11, No. 4, College of Educational Sciences, Al al-Bayt University, Amman, Jordan .
5. Akin, U.& Akin, A. (2015): **Mindfulness and subjective happiness**: The mediating role of coping competence. Československá psychology, 4, 359-368.
6. Al-Jana'i, Mona Badr (2014): Quality of life and its relationship to confrontational and assertive competence among university students in the State of Kuwait, Journal of Scientific Research in Education, Girls' College of Arts, Sciences and Education, Ain Shams University, No. 3
7. Al-Jubouri, Zahir Mohsen Hani (2004): Academic achievement and its relationship to some social variables, a field social study in the province of Babylon, an unpublished master's thesis, College of Arts/Sociology, University of Babylon.
8. Al-Nas'ih, Wejdan Abdel-Amir (2005), Emotional Intelligence and its Relationship to Teachers' Self-Efficacy. PhD thesis, College of Arts, Al-Mustansiriya University.
9. Al-Nayal, Mayassa Ahmed and Abdullah, Hisham Ibrahim (1997): Methods of coping with life events stress and its relationship to some emotional disorders among a sample of Qatar University students, Fourth Conference of the Psychological Counseling Center, Ain Shams University...
10. Al-Sultani, Azmeh Abbas, 2011, The effect of a guiding approach in addressing the problems of low self-esteem and weak academic achievement motivation among fourth-grade students of preparatory school, Journal of Sports Culture, Volume Three - Number Two, Salah al-Din University / College of Physical Education.
11. Al-Zahir, Zakaria Muhammad and others (2002) Principles of Measurement and Evaluation in Education, House of Culture and Distribution, 1st Edition, Amman, Jordan.
12. Al-Zawba'i, Abdul-Jalil Ibrahim and others (1988): Psychological Tests and Measures, Mosul University, Dar Al-Kutub for Printing and Publishing.
13. Ashish, Sarah Lotfi Salama Massad (2016): Methods of coping with psychological stress and its relationship to optimism among a sample of university students, College of Education, Port Said University.
14. Aziz, Awan Kazem (2020): The efficiency of confrontation and its relationship to some cognitive skills among university students, Tikrit University.
15. Bandura, A. (1977) self – Efficacy ‘toward, A unifying theory of Behavior change. **Journal of Psychological Review, Vol. 84(2). PP191 – 215.**
16. Blascovich, J. & Tomaka, J. (1999): **Measures of self-esteem in J.P.** Robinson, P.R. Shaver and L.s. Wrights man measures of personality and social psychological attitudes.
17. Boutros, Hafez Boutros (2005): Social support and its impact on maintaining the intensity of psychological stress for mentally gifted children with reading difficulties, the Twelfth Annual Conference for Psychological Counseling, Volume One, Ain Shams University.

18. El-Behairy, Mohamed Rizk (2011): The variation of psychological resilience in some variables among a sample of orphans who are slow to learn, The Egyptian Journal of Psychological Studies, Volume 21, Issue 70.
19. Folkman . S , & Judith . M (2000) , " **Positive Affect and the other side of coping "** **American Psychologist** , June , Vol (55) , No (6) , PP (647 – 656).
20. Friborg, Oddgeir & Hjemdal Odin & Rosenvinge, Jan(2003): A new rating scale for adult resilience: what are the central protective resources behind healthy adjustment, **International Journal of Methods in Psychiatric Research, Volume 12, Number 2.**
21. Hafez, Ahmed Khairy (1990), The effect of group psychotherapy on increasing self-assertion and appreciation, decreasing feelings of guilt and emotional insecurity among a neurotic group, Journal of Psychology, Vol. 4, No. 14, Egyptian General Book Authority, Egypt.
22. Heine,S.J.(2003).**optimal is as optimal does**.Psychological Inquiry,14.41-43.
23. Jameel, Sura Asaad (2017) Emotional creativity among university students, research published in the Journal of Tikrit University for Human Sciences, Vol. 24, No.
24. Jameel, Sura Asaad, Saber, Buraq Ali (2019) The struggle of purpose among university students, research published in the Journal of Tikrit University for Human Sciences, Volume 26: No. 11.
25. Jibril, Mousa (1993): Self-Esteem for Outstanding and Non-Attending Students: Journal of Studies,. Volume: 20, Issue: 2 University of Jordan, Jordan.
26. Khammas, Nibras Taha (2012): The effect of Raymy's method in developing self-consideration among middle school students, doctoral thesis (unpublished), psychological counseling and educational guidance, College of Education, Al-Mustansiriyah University.
27. Kohonen, E.C. (1996): Conceptual analysis and measurement Of the construct of ego-resiliency. **Journal of personality and Social psychology, 70, 1067-1079.**
28. Kong, D. J. (2009). **Relationship between forgiveness and self—esteem interpersonal trust of high school students**. Unpublished Master's thesis, Henan University.
29. Lundman, B., Strandberg , Cl., Eisemann, M ؛Gustafson, Y. ,& Brulin, c. (2007): Psychometric properties of the Swedish version of the Resilience Scale. **Journal Caring Seinners, 21(2), 229- 237.**
30. Mach, J.E. (1983) 'Self Esteem and its development 'on over view mach, and ablon 95.1 Eds the development and sustenance of self esteem in childhood, International universities press, New York, p.13.
31. Maria, k. & Harnish, P.L. (2000) 'Self-Esteem in children, British **Journal of Education psychology, (70), p.229-242.**
32. Mashaqbeh, Muhammad Ahmad Khaddam (2008), Principles of Psychological Counseling for Counsellors and Psychologists, Amman, Dar Al-Manhaj for Publishing and Distribution.
33. Masten, A. S. (2009). **Ordinary magic: lessons from research on resilience in human development (Pdf) Education Canada 49(3): 28-32.**
34. Mohamed, Safaa Ahmed (2014): Quality of life and its relationship to confrontational and assertive competence among university students, unpublished MA thesis, Faculty of Education, Cairo University.
35. Muhammad Khalil and Nofal, Muhammad Bakr and Al-Absi, Muhammad Mustafa and Abu Awwad, Feryal Muhammad (2007), Introduction to Research Methods in Education and Psychology, 1st Edition, Dar Al Masirah for Publishing and Printing, Amman, Jordan.
36. Pravin, Lawrence (2010): The Science of Personality, edited by: Abdel Halim Mahmoud El-Sayed and Mohamed Yehia, 1st Edition, Dar Al-Nahda, Cairo.

37. Ramadan, Rashida Abdel-Raouf (2000), Contemporary Perspectives on the Mental Health of Children, Cairo, Dar Al-Kutub Al-Ilmia for Publishing and Distribution.
38. Reasoner, Robert, (2000): Building Self-Esteem, 1st Edition, T.D., Dhahran National Schools, Educational Book House, Saudi Arabia.
39. Rogers, C. R., & Stevens, B. (1959). **Person to person 'The problem of being human.** Moab, UT 'Real People Press.
40. Rosenberg, M(1978) 'Conceiving the self, New York Basic Book inc.
41. Rush, M.C., Schoel, W.A., & Barnard, S.M. (1995): Psychological resilience in the public sector: "Hardiness" and pressure for change. **Journal of Vocational Behavior**, 46, 17-39.
42. Rutter, M (1987): **Developmental Psychiatry (1st American Psychiatric Press Ed.,).** Washington, DC: American Psychiatric Press.
43. Rutter, M. (1985): **Resilience in the face of adversity British journal of psychiatry.**
44. Schroder, K. (2004): Coping competence as a predictor and moderator of depression among chronic disease patients. **Journal of behavioral medicine**, 27, 123-145.
45. Thomas G. Patterson (2006) 'Development of a self-report measure of unconditional positive self-regard , First published , Psychology and psychotherapy , Volume79, Issue4 , Pages 557-570
46. Van, G.; Depuijter, M. & Smeets, C. (2006). **Citizens and resilience.** Amesterda. Dutch Knowledge and Advise center.
47. Wagnild , G . M & Young , H . M (1993) : Development and Psychometric evaluation of the Resilience Scale , **Journal of Nursing Measurement** , (12) , 165-178.
48. Werner, E.E.,& Smith, R.s.(1982): **A longitudinal study of resilient children Vulnerable but invineible** : and youth NY: McGraw-Hill.
49. Wright, N.D. (1996): **From risk to resiliency: The role of law related education.** Center for Civic Education, Galabadas, €A 91302. ERIC ED .402247.