الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة البليدة 2 – علي لونيسي –

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

شعبة علم النفس

المخططات المبكرة غير المتكيفة وتأثيرها على فعالية الذات لدى عينة من الطلبة الجامعيين

(دراسة ميدانية على طلبة جامعة ابن خلدون –تيارت–)

أطروحة مقدمة لنيل درجة الدكتوراه LMD في علم النفس

تخصص: علم النفس العيادي

إعداد الطالب

زموري أسامة

إشراف الدكتورة

أ.د. اليازيدي فاطمة الزهراء

السنة الجامعية: 2022 – 2023

شكر وعرفان

أتوجه بأسمى عبارات الحمد والشكر إلى الله سبحانه وتعالى على توفيقه

ومنه وكرمه وسداده وتسخيره لثلة من عباده الذين ساهموا معي في إتمام

هذه الدراسة، كل باسمه وجميل وسمه من باب " ولا تنسوا الفضل بينكم"

كما أخص بالذكر الأستاذة المشرفة فاطمة الزهراء اليازيدي، على توجيهها

وتأطيرها واخلاصها طيلة فترة الإشراف.

كما لا أنسى والدي الكريمين اللذان يستحقان كل فضل أنا فيه مصداقا

لقوله تعالى: " أن اشكرلي ولوالديك إلي المصير"

إهداء

أهدي هذا العمل إلى الله سبحاته وتعالى مستحضرا أنه سيقع بين يديه، ثم أُثَنِّي بالسادة المصححين، كما أود أن يقبلوا هذه البضاعة المزجاة، وهذا العمل مع قلته والسعي مع شوائبه، والذي حاولت فيه على قدر استطاعتي أن أخرجه خيرا مما هو عليه.

ملخص

يهدف هذا البحث الى معرفة العلاقة بين المخططات المبكرة غير المتكيفة والفعالية الذاتية لدى الطلبة الجامعيين طور ماستر 2 من مختلف التخصصات في جامعة ابن خلدون –تبارت–، عن طريق استعمال الانحدار المتعدد لمعرفة المخططات التي تتنبأ بتغير قيم الفعالية الذاتية لدى عينة الدراسة التي بلغ عددها 340 طالب وطالبة. وتم اختيارهم عن طريق العينة المتاحة، حيث استعمل الباحث مقياس المخططات المبكرة المختصر **لجيفري يونغ Jeffery young**، ومقياس الفعالية الذاتية **لولاء يوسف.** وتوصلت النتائج الى وجود علاقة بين المتغيرين وكانت 6 مخططات فقط من بين 15 مخطط تتنبأ بالفعالية الذاتية وهي منقسمة الى قسمين مخططات ذات تنبؤ طردي وهي مخطط (عدم الاتقان، السيطرة، التضحية) ومخططات ذات تنبؤ عكسي وهي مخطط (التبعية، نقص التحكم، الخضوع). كما بينت النتائج أيضا وجود أربع مخططات متنبئة ببعد المبادرة من بين 15 مخطط وهي منقسمة الى مخططات ذات تنبؤ طردي وهي مخطط (عدم الاتقان، والسيطرة) ومخططات ذات تنبؤ عكسي هي مخطط (التبعية والإهمال)، اضافة للنتائج المتعلقة ببعد المثابرة التي أظهرت وجود مخططين يتنبآن طرديا وهما مخطط (عدم الاتقان، والسيطرة)، وثلاثة مخططات ذات تنبؤ عكسي وهي مخطط (الخضوع، والتبعية، ونقص التحكم). أما النتائج الخاصة ببعد المجهود فقد أظهرت وجود أربع مخططات أيضا، مخططين يتنبآن طرديا وهما مخطط (عدم الاتقان، والسيطرة)، وآخران يتنبآن عكسيا وهما مخطط (التبعية، ونقص التحكم)، أما بالنسبة لبعد قدرة الفعالية فقد ظهرت أربع مخططات أيضا، مخططين يتنبآن طرديا وهما (السيطرة، والتضحية)، ومخططين يتنبآن عكسيا وهما (التبعية، والخضوع) وعليه يمكن لهذه النتائج أن تساعد في معرفة الأسباب النفسية التي قد تساهم في التنبؤ بالفعالية الذاتية لدى الطلبة الجامعيين.

الكلمات المفتاحية: المخططات المبكرة غير المتكيفة؛ الفعالية الذاتية.

Abstract

This study investigates the relationship between Early maladaptive schemas and self-efficacy among Master 2 level undergraduate students representing diverse disciplines at Ibn Khaldun University -Tiaret-.

Employing multiple regression analysis, the research aims to identify specific schemas that serve as predictors for changes in self-efficacy values within the studied cohort comprising 340 male and female students.

Participants were chosen through convenience sampling, and data collection involved the application of Jeffery Young's abbreviated early maladaptive schemas scale and Walaa Youssef's self-efficacy scale.

The findings reveal a significant relationship between the two variables, with only six out of 15 identified schemas demonstrating predictive capabilities for self-efficacy. These schemas are categorized into two groups: those with direct prediction (lack of mastery, control, sacrifice) and those with inverse prediction (dependency, lack of control, submission).

Additionally, the study identifies four schemas predicting the initiative dimension, including those with direct prediction (lack of mastery, control) and inverse prediction (dependency, neglect).

Results pertaining to the perseverance dimension highlights two schemas with direct prediction (lack of mastery, control) and three with inverse prediction (submission, dependency, lack of control). The dimension of effort exhibits four identified schemas, with two predicting directly (lack of mastery, control) and one predicting inversely (dependency, lack of control).

Similarly, the effectiveness capacity dimension reveals four schemas, with two predicting directly (control, sacrifice) and two predicting inversely (dependency, submission).

These outcomes contribute valuable insights into the psychological factors influencing self-efficacy prediction among university students.

Keywords: Early unadapted cognitive schemas; Self-efficacy.

فهرس الموضوعات	الصفحة

- **ملخص الدراسة**
- **شكر وعرفان**
- **إهداء**
- **فهرس الموضوعات**
- **فهرس الأشكال**
- **فهرس الجداول**

مقدمة.....أ

الإطار العام للبحث

1- الإشكالية..... 19

2- صياغة الفرضيات..... 26

3- أهداف الدراسة 26

4- أهمية الدراسة..... 27

5- تحديد المفاهيم 27

الفصل الأول: المخططات المبكرة غير المتكيفة

تمهيد 31

1- نبذة تاريخية عن مصطلح المخططات..... 32

2- تعريف المخططات المعرفية المبكرة غير المتكيفة..... 34

3- خصائص المخططات المبكرة غير المتكيفة..... 35

4- مصادر نشوء المخططات المبكرة غير المكيفة..... 38

5- مجالات المخططات المبكرة غير المتكيفة 44

6- المخططات الشرطية والمخططات غير الشرطية 58

6-1- المخططات غير الشرطية 58

6-2- المخططات الشرطية..... 59

7- أساليب التكيف غير الوظيفية التي تحافظ على صلابة المخططات 60

7-1- أسلوب الخضوع للمخطط 61

7-2- أسلوب تجنب المخطط..... 62

7-3- أسلوب تعويض المخطط..... 63

8- أنماط المخططات 66

8-1- أنماط الطفل 67

8-2- أنماط أساليب التكيف غير الوظيفية 68

8-3- أنماط الوالد المختل 69

8-4- نمط الراشد السوي..... 70

خلاصة الفصل..... 72

الفصل الثاني: فعالية الذات

تمهيد: 74

1- مفهوم فعالية الذات 75

2- تعريف فعالية الذات 75

3- علاقة فعالية الذات ببعض المفاهيم 77

3-1- مفهوم الذات..... 77

3-2- تقدير الذات 78

3-3- النظرية الاجتماعية المعرفية..... 79

3-4 الوكالة الشخصية (Agentivité) 80

4- مصادر الفعالية الذاتية 82

4-1- خبرة الاتقان النشطة 82

4-2- الخبرة البديلة 83

4-3- الإقناع اللفظي..... 83

4-4- الحالات الفسيولوجية والانفعالية..... 84

4-5- تكامل المعلومات المتعلقة بالفعالية 85

5- خصائص الفعالية الذاتية 86

5-1- خصائص فعالية الذات المرتفعة 86

5-2- خصائص فعالية الذات المنخفضة 87

6- أنواع الفعالية الذاتية..... 87

6-1- فعالية الذات العامة..... 87

6-2- الفعالية الجماعية 88

6-3- الفعالية السياسية..... 88

6-4- فعالية الذات الأكاديمية..... 88

6-5- الفعالية الذاتية الانفعالية..... 89

7- نظريات فعالية الذات 90

7-1- النظرية المعرفية الاجتماعية..... 90

7-2- نظرية شيل وميرفي Shell & Murphy 93

7-3- نظرية شوارتسر Schwarzer 93

7-4- نظرية التوقع أو القيمة المتوقعة 94

8- توقعات النتائج ومعتقدات الفعالية الذاتية 95

9- العوامل المؤثرة في الفعالية الذاتية 98

9-1- المجوعة الأولى: التأثيرات الشخصية 98

9-2- المجموعة الثانية: التأثيرات السلوكية 99

9-3- المجموعة الثالثة: التأثيرات البيئية 100

10- المحيط العائلي وتطور الفعالية الذاتية 101

11- أبعاد فعالية الذات 102

11-1- سعة الفعالية 102

11-2- التعميم 103

11-3- القوة أو الشدة 103

خلاصة الفصل 105

الإطار الميداني للبحث

الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية للبحث

تمهيد 108

1- الدراسة الاستطلاعية 108

1-1-منهج الدراسة الاستطلاعية 108

1-2- حدود الدراسة 109

1-3- خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية..... 109

1-4- أهداف الدراسة الاستطلاعية..... 109

1-5- أدوات جمع بيانات الدراسة الاستطلاعية..... 110

1-6- أدوات تحليل البيانات 110

1-7- النتائج المتحصل عليها من الدراسة الاستطلاعية 110

2- الدراسة الأساسية 138

2-1-منهج الدراسة..... 138

2-2- مجالات الدراسة 138

2-3-مجتمع الدراسة 139

2-4- عينة الدراسة 140

2-5- اجراءات تطبيق الاستبيانات..... 142

2-6-أدوات جمع البيانات 143

2-7-أساليب المعالجة الإحصائية..... 149

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

تمهيد 151

1- عرض ومناقشة النتائج 151

1-1- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الأولى 151

1-2- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثانية..... 166

1-3- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة..... 177

1-4- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة 188

1-5-عرض ومناقشة نتائج الفرضية الخامسة 199

الاستنتاج العام 211

خاتمة 214

توصيات 217

قائمة المصادر والمراجع..... 220

قائمة الملاحق..... 226

فهرس الجداول

الجدول رقم (1): المخططات المبكرة غير المكيفة بمجالاتها الناتجة عن الحاجات الأساسية غير المشبعة. 44
الجدول رقم (2): أمثلة عن استجابات التكيف غير الوظيفية..... 64
الجدول رقم (3): أنماط الطفل 67
الجدول رقم (4): أنماط أساليب التكيف غير الوظيفية:..... 68
الجدول رقم (5): أنماط الوالد المختل 69
الجدول رقم (6) مصفوفة ارتباطات فقرات محور الحرمان العاطفي مع درجته الكلية 111
الجدول رقم (7) مصفوفة ارتباطات فقرات محور الإهمال مع درجته الكلية 112
الجدول رقم (8) مصفوفة ارتباطات فقرات محور الشك مع درجته الكلية 113
الجدول رقم (9) مصفوفة ارتباطات فقرات محو الإنعزال مع درجته الكلية 114
الجدول رقم (10) مصفوفة ارتباطات فقرات محور عدم الإتقان مع درجته الكلية 115
الجدول رقم (11) مصفوفة ارتباطات فقرات محور الفشل مع درجته الكلية 116
الجدول رقم (12) مصفوفة ارتباطات فقرات محور التبعية مع درجته الكلية 117
الجدول رقم (13) مصفوفة ارتباطات فقرات محور القابلية للانجراح مع درجته الكلية 118
الجدول رقم (14) مصفوفة ارتباطات فقرات محور العلاقات المدمجة مع درجته الكلية..... 119
الجدول رقم (15) مصفوفة ارتباطات فقرات محور الخضوع مع درجته الكلية..... 120
الجدول رقم (16) مصفوفة ارتباطات فقرات محور التضحية مع درجته الكلية 121
الجدول رقم (17) مصفوفة ارتباطات فقرات محور التحكم الانفعالي مع درجته الكلية 122
الجدول رقم (18) مصفوفة ارتباطات فقرات محور المتطلبات العالية مع درجته الكلية 123
الجدول رقم (19) مصفوفة ارتباطات فقرات محور السيطرة مع درجته الكلية 124
الجدول رقم (20) مصفوفة ارتباطات فقرات محور نقص التحكم مع درجته الكلية..... 125
الجدول رقم (21) مصفوفة ارتباطات محاور مقياس المخططات المعرفية مع درجته الكلية 126
الجدول رقم (22) ثبات مقياس المخططات المعرفية عن طريق ألفا كرونباخ..... 128
الجدول رقم (23) درجة الثبات عن طريق التجزئة النصفية لمقياس المخططات المعرفية 129

الجدول رقم (24) مصفوفة ارتباطات فقرات محور المبادرة مع درجته الكلية 130
الجدول رقم (25) مصفوفة ارتباطات فقرات محور المجهود مع درجته الكلية 131
الجدول رقم (26) مصفوفة ارتباطات فقرات محور المثابرة مع درجته الكلية 132
الجدول رقم (27) مصفوفة ارتباطات فقرات محور قدر الفعالية مع درجته الكلية 133
الجدول رقم (28) مصفوفة ارتباطات محاور مقياس الفعالية الذاتية مع درجته الكلية 134
الجدول رقم (29) ثبات مقياس الفعالية الذاتية عن طريق ألفا كرونباخ 135
الجدول رقم (30) درجة الثبات عن طريق التجزئة النصفية لمقياس الفعالية الذاتية..... 136
جدول رقم (31): مجتمع الدراسة حسب التخصص. 139
جدول رقم (32): عينة الدراسة حسب التخصص. 141
جدول رقم (33): الاستبيانات واسترجاعها 143
جدول رقم (34): أبعاد مقياس المخططات المبكرة غير المتكيفة والبنود الخاصة بها. 144
جدول رقم (35): توزيع بنود مقياس فعالية الذات على الأبعاد الفرعية 147
الجدول رقم (36) نتائج اختبار شابيرو–ويلك 152
الجدول رقم (37) مصفوفة الارتباطات بين المتغيرات 153
الجدول رقم (38) قيم البواقي..... 155
الجدول رقم (39): قيم بيتا المعيارية للمتغيرات المتنبئة..... 157
الجدول رقم (40): نتائج اختبار شابيرو–ويلك 167
الجدول رقم (41) مصفوفة الارتباطات بين المتغيرات 168
الجدول رقم (42) قيم البواقي..... 170
الجدول رقم (43) قيم بيتا المعيارية للمتغيرات المتنبئة..... 172
الجدول رقم (44) مصفوفة الارتباطات بين المتغيرات 179
الجدول رقم (45) قيم البواقي..... 181
الجدول رقم (46): قيم بيتا المعيارية للمتغيرات المتنبئة..... 183
الجدول رقم (47) نتائج اختبار شابيرو–ويلك..... 189
الجدول رقم (48) مصفوفة الارتباطات بين المتغيرات..... 190
الجدول رقم (49) قيم البواقي..... 192

الجدول رقم (50): قيم بيتا المعيارية للمتغيرات المتنبئة.....194
الجدول رقم (51) نتائج اختبار شابيرو–ويلك 200
الجدول رقم (52) مصفوفة الارتباطات بين المتغيرات 201
الجدول رقم (53) قيم البواقي 203
الجدول رقم (54): قيم بيتا المعيارية للمتغيرات المتنبئة.....204
الجدول رقم (55): النتائج الخاصة بكل الفرضيات 210

فهرس الأشكال

الشكل رقم (1): كيفية نشوء المخططات 43

الشكل رقم (2): مبدأ الحتمية المتبادلة 92

الشكل رقم (3) تأثير مختلف أنماط معتقدات الفعالية وتوقعات نتائج الأداء على السلوكات والانفعالا..... 96

الشكل رقم (4) لوحة الانتشار (الفرضية الأولى) 154

الشكل رقم (5) توزيع درجات البواقي المعيارية (الفرضية الأولى) 156

الشكل رقم (6) لوحة الانتشار (الفرضية الثانية)..... 169

الشكل رقم (7) توزيع درجات البواقي المعيارية (الفرضية الثانية)..... 171

الشكل رقم (8) لوحة الانتشار (الفرضية الثالثة)..... 180

الشكل رقم (9) توزيع درجات البواقي المعيارية (الفرضية الثالثة)..... 182

الشكل رقم (10) لوحة الانتشار (الفرضية الرابعة)..... 191

الشكل رقم (11) توزيع درجات البواقي المعيارية (الفرضية الرابعة) 193

الشكل رقم (12) لوحة الانتشار (الفرضية الخامسة)..... 202

الشكل رقم (13) توزيع درجات البواقي المعيارية (الفرضية الخامسة)..... 203

مقدمة

تعد الجامعة من أهم المؤسسات التعليمية المساهمة في تحقيق التقدم العلمي والمعرفي الحضاري والإنساني، من خلال الإنتاج العلمي وجودة التكوين الذي يتلقاه الطلبة، فهم يمثلون إطارات وقادة المستقبل. إن الاهتمام بالعلم اليوم من أهم الاستثمارات التي تنعكس على اقتصاد الدول وقوتها، لكن العلم المقصود هنا ليس الإنتاج العلمي المتمثل في الأبحاث والدراسات والكتب التي تبقى حبيسة المكتبات ومواقع الأنترنت فقط، بل ما يتبعها من إجراءات عملية على أرض الواقع، كما قال **مالك بن نبي** في كتابه "**بين الرشاد والتيه**"، "العلم الذي لا يترجمه عمل يظل ترفا لا مكان له، في وطن ما يزال فقيرا في الوسائل والأطر.". مضيفا، أنه "لابد من الاهتمامات أن تتركز في البلاد الإسلامية حول مفهوم الفعالية.." ، هذا الفهم يرتبط بغياب الاستراتيجيات الإدارية اللازمة لترجمة الفكر الى عمل، لكن الأهم منها هو ما مدى تحلي الطالب الجامعي بالقدرة على التصرف وربط المعارف بالأفعال، لأن الاهتمام بالعنصر البشري الذي يمثل نخبة هذا المجتمع من طلبة جامعيين يقضون مدة زمنية معتبرة داخل الحرم الجامعي، له بالغ الأهمية، فإذا كان الفرد من أهم موارد المؤسسة فإن الوقت هو أهم مورد من موارد الفرد، وما يلاحظ علي الطلبة غالبا وبصفة متكررة كثرة التماطل والتسويف، ونقص المبادرة، وغياب المثابرة عند مواجهة بعض التحديات، كل هذا يهدر الكثير من الوقت مما ينعكس على فعالية التكوين وبالتالي على أداءهم بعد التخرج.

انطلاقا مما سبق وجد الباحث أن مصطلح الفعالية الذاتية **لباندورا Bandura** مثير للاهتمام لأنه يثبت للفرد مركزية الاختيار والفعل، عكس ما كان منتشرا في زمانه من اختزال للظواهر الإنسانية في ثنائية (مثير، استجابة)، لذلك اقترح نموذج السببية الثلاثية المتبادلة (بيئة، فرد، سلوك) التي تجعل الأفراد منتجِين ونواتج لظروف وجودهم، وما يجعل هذا المصطلح مناسبا لهذه الظاهرة هو نظام الاعتقاد الذي

يشكل الشعور بالفعالية الذاتية حيث يعتبر أساس الدافع والعمل، وقد تم تفصيل ذلك في الإشكالية والجانب النظري التابع لهذا المتغير.

إن التطور العلمي لعلم النفس العيادي يشهد تنوعا في النظريات المفسرة للظواهر المختلفة، متجاوزا النظرة الأحادية والثنائية، ليصل إلى ضرورة دراسة تضافر مجموعة من العوامل المسببة لظاهرة ما، ومن بين النماذج التفسيرية الحديثة ذات الصبغة الادماجية، الأكثر تأثرا بالنظرية المعرفية السلوكية، وتوسعها في استعمال مفاهيمها وعلاجاتها، هي نظرية المخططات المبكرة غير المتكيفة التي استفادت واستعانت بمفاهيم ونتائج مختلف مدارس علم النفس (البنائية، التحليلية، ونظرية التعلق، الجشطالتية، والمدرسة المعرفية السلوكية) لتشكل نموذج نظري وعلاجي غني وموحد. إذ تقوم على فكرة المخطط الذي يرى **جيفيري يونغ Young Jeffrey** أنه عبارة عن تنظيم يؤثر على طريقة تفكيرنا وتصرفاتنا وتعاملنا مع الآخرين، يأخذ منبعه من الطفولة والمراهقة ويتشكل بسبب عدة عوامل كالمعاملة الوالدية، ومدى اشباع الحاجات العاطفية الأساسية، والصدمات، والمزاج، والوراثة. لذلك تعد المخططات المبكرة غير المتكيفة نموذجا تكامليا عميقا يمكنه تفسير الظواهر النفسية بطريقة مفصلة وواضحة.

إن دراسة العلاقة بين المخططات المبكرة غير المتكيفة والفعالية الذاتية لدى الطلبة الجامعيين في طور الماستر، يمكن البـــاحث من معرفة الأسبـــاب النفسية العميقة التي تســاهم في رفع الفعـــالية الذاتية أو خفضها لدى عينة الدراسة، عن طريق استعمال تحليل الانحدار المتعدد كأسلوب إحصائي متقدم، يبين نسبة مساهمة المخططات المبكرة غير المتكيفة في التنبؤ بقيمة الفعالية الذاتية، من خلال النتائج الكمية المتحصل عليها يمكننا مناقشة وتحليل هذه الأخيرة وفق الإطار النظري والدراسات السابقة، لننتهي بحوصلة عامة تساهم في فهم عدم قدرة الطلبة على تجسيد أفكارهم ومعارفهم ميدانيا.

الإطار العام للبحث

1- تحديد الإشكالية.

2- صياغة الفرضيات.

3- أهمية الدراسة.

4- أهداف الدراسة.

5- تحديد المفاهيم.

1- الإشكالية

تعتبر مشكلة التخلف والتراجع الذي تعيشه الجامعات الجزائرية اليوم ومنذ سنوات عديدة نقطة بالغة الخطورة على مستقبل هذا البلد، كونها من أهم المؤسسات التعليمية والعلمية التي يتخرج منها نخبة هذا المجتمع من طلبة جامعيين، ولتطوير هذا القطاع قامت الوزارة المعنية بالعديد من الإصلاحات التي تمس الجامعة، وهذا أمر مهم يجب الإشادة به، لكن الباحث يرى بعد الملاحظات الميدانية لما هو سائد في الحياة الجامعية، أن الإصلاح الحقيقي لابد أن ينطلق من الفرد لأنه يمثل أصل المشكلة، وذلك بالرجوع للمفكرين والباحثين الذين بينوا أين يكمن الخلل، ومن بينهم **مالك بن نبي** الذي قال:" إن الذي ينقص المسلم اليوم ليس منطق الفكرة، ولكن منطق العمل والحركة، فهو لا يفكر ليعمل، بل ليقول كلاما مجردا " **(بن نبي، 1986، ص.96)**، وهذا يعني أن الخلل يكمن في انفصال الفكر عن العمل، أو انفصال المعرفة عن سلوك الفرد بلغة نفسية عيادية، هذه الرؤية النفسية مهمة في محاولة فهم عدم قدرة الافراد على تفعيل وترجمة افكارهم ومعارفهم إلى أفعال. حيث أشار **نيويل Newell 1978** أن التنظير والبحث النفسي يميل إلى التركيز على القضايا المتعلقة إما باكتساب المعرفة أو تنفيذ أنماط الاستجابة. ونتيجة لذلك، فإن العمليات التي تحكم الترابط بين المعرفة والعمل قد تم إهمالها إلى حد كبير.**(Bandura, 1982, P.122)** لذلك لابد من تحديد المصطلح النفسي المناسب الذي يمثل هذه الظاهرة.

وعليه وجد الباحث أن أعمال **باندورا Bandura** التي تجاوزت 1800 دراسة ومقالة، تميزت بتركيزها على الفرد خاصة معتقداته، من خلال نموذج السببية الثلاثية المتبادلة (فرد، سلوك، بيئة)، متجاوزة النظريات التي جعلت الناس كمراقبين سلبيين للآليات التي تنظمها الظواهر البيئية؛ تم تجريدهم من أي شعور بالوكالة. **(Bandura, 2003, p.VI)** ويؤكد هذا على مركزية التحكم الداخلي المتمثل في الفعالية الذاتية.

إن القدرة على التصرف (الوكالة الشخصية) تتمثل في الشعور بالفعالية الذاتية، حسب بعض الباحثين (Corner et al.، 2015؛ Goldman، Pe'er & Yavetz، 2015؛ Mead et al.، 2012؛ Tsevreni، 2011). **(Morin. É et al, 2019)** وبالنظر للمصطلحات النفسية التي تصب في هذا الطرح غلب على رأي الباحث مصطلح الفعالية الذاتية كونه الأكثر تمثيلا للترابط بين المعرفة والعمل.

حيث يساهم الأفراد سببيًا في أدائهم النفسي والاجتماعي من خلال آليات الوكالة الشخصية، وأهمها وأكثرها انتشار هو الاعتقاد بالفعالية الذاتية. لدى الأفراد حافز ضئيل للتصرف إذا كانوا لا يعتقدون أن أفعالهم يمكن أن تنتج التأثيرات التي يريدونها. لذلك فإن الاعتقاد بالفعالية هو أساس رئيسي للسلوك.

(Bandura, 2003, p.12)

إن الأداء وحده يوفر معلومات غير كافية عن القدرات الشخصية. في ظل ظروف مختلفة، وغالبًا ما تكون الفعالية الذاتية مؤشراً أفضل من الأداء السابق، لأن تقييم الفعالية يحتوي على معلومات أكثر من الإجراء الذي تم تنفيذه. **(Bandura, 2003, P.127)**

أما بالنسبة للقدرات الشخصية، فلا تعني الفعالية الذاتية مجرد الاعتماد من جانب واحد على المهارات الفرعية الأساسية لتشكيل الأداء، ولا يعني عدم وجود مهارات فرعية معينة ان معتقدات الفعالية دون فائدة؛ من خلال الاستخدام الإستباقي لمعتقدات الفعـالية في التنمية الشخصية يتم تحويـــل القدرة الى مهارة، ان الاعتقاد بفعالية التعلم يحفز ويدعم الجهد والافكار اللازمة لتطوير المهارة. وعلى العكس من ذلك الاعتقاد بعدم الفعالية يعيق تطوير المهارات الفرعية التي يعتمد عليها الأداء الأكثر تعقيدا. وبالتالي فإن الفعالية الذاتية تساهم في اكتساب المعرفة وتطوير المهارات الفرعية، بقدر ما تعتمد عليها

في بناء سلوكيـــات جديدة.**(Bandura, 2003, PP 97-98)** إن الاعتقــاد بفعــالية التعلم مهم جدا في اكتساب المهارات التي لا غنى عنها مع التطور الحاصل في هذا العصر.

إن الوتيرة السريعة للتغير الاجتماعي والتكنولوجي تتطلب من الأفراد اكتساب مهارات جديدة، لذلك أصبح التعليم اليوم ضروريًا لحياة منتجة. **(Bandura, 2003, P.323)** لذلك فالطلبة الجامعيون اليوم مدعوون للعب دور رائد في مجتمعهم.

يولي الباحثون العاملون في البيئات التعليمية اهتماما متزايدًا للدور الذي تلعبه أفكار ومعتقدات الطلاب في عملية التعلم، ويبدو أن الفعالية الذاتية متغير مهم لأنها تؤثر على تحفيز الطلاب وتعلمهم.

(Mart van, 2011, P.95)

وقد لاحظ الباحث أن أزمة الطالب اليوم المتمثلة في غياب منطق العمل والحركة، تتجلى في يوميات الطلبة الجامعيين من كثرة التسويف أو نقص المبادرة، وقلة الجهد والمثابرة، حيث أظهرت العديد من الدراسات أن التسويف يمكن أن يؤدي الى انخفاض التحصيل الأكاديمي للطلاب، وبالتالي تقليل رضاهم عن الحياة، والرفاهية النفسية، والتكيف. **(Trucchia and all, 2013)** وأشار **روبرت وآخرون Robert and all** في دراستهم حول التسويف الأكاديمي للطلاب الجامعيين، أن انخفاض الفعالية الذاتية يتنبأ بمستويات أعلى من التسويف. وأشار أيضا الى أن معدل التسويف الأكاديمي بين الطلاب الجامعيين يقدر بما لا يقل عن 70-95٪. **(Robert and all, 2008, P.915)**

وذكر **هاريس Harris**، أن فعالية الذات تؤثر في اختيار المتعلم لأنشطة ومهام التعلم، كما تؤثر في استمرار الجهد والمثابرة التي يقوم بهما المتعلم لتحقيق الأهداف التي يسعى إليها أثناء عملية التعلم، وبالتالي فإن الأفراد الذين يمتلكون فعالية منخفضة للذات لا يفضلون المواقف الصعبة.

(Hariss, 1990, P.15)

وكلما اعتبر الطلبة الجامعيون أنفسهم أكثر فعالية أكاديميًا، كلما حكموا على أنفسهم بشكل أكثر إيجابية في الحاضر والمستقبل؛ بالإضافة إلى ذلك، كلما زاد احتمال سيطرة طلاب الجامعة على ظروف الحياة اليومية، كلما أدركوا أنهم أكثر فعالية في السياق الأكاديمي. **(Sagone, 2014, P. 222)** على هذا الأساس اختار الباحث مقياس الفعالية الذاتية الذي يحتوي على أبعاد تتناسب مع ملاحظات الباحث وهي (المبادرة، المثابرة، الجهد، قدر الفعالية). واختار أيضا عينة الطلبة الجامعيين في الأطوار المتقدمة (سنة ثانية ماستر)، من تخصصات مختلفة، لأنهم يتميزون بخبرة كافية تزيد من دقة النتائج في هذا البحث.

تعد خبرة الفرد خاصية شخصية تمت دراستها في الأدبيات حيث تؤثر على الفعالية الذاتية. أظهر **بونغ Bong (1999)** أن الطلاب في الفصول الدراسية المتقدمة يصدرون أحكامًا أكثر تحديدًا حول فعاليتهم الذاتية. يستنتج المؤلف أنه كلما زاد اكتساب المتعلمين خبرة في موضوع ما، كلما أصبحت أحكامهم محددة. سيصبح هؤلاء الأشخاص قادرين على إجراء تقييم أكثر دقة لمتطلبات وخصائص مهمة معينة وهذا سيمكنهم من تمييز مهاراتهم الشخصية بشكل أوضح.

(Dinther, 2011, P.106)

ويظهر مما سبق أن الفعالية الذاتية بطبيعتها موجهة نحو المستقبل لأنها تمثل ثقة الأفراد في إنجاز المهام الوشيكة بنجاح. ومع ذلك، فإن التوقعات هي في جزء كبير منها نتائج لمخططات ذاتية تم إنشاؤها من تجاربهم السابقة. **(Dinther, 2011, P.24)**

تساهم التأثيرات التي تمارسها المخططات الذاتية الموجودة مسبقًا على المعالجة المعرفية لمعلومات الفعالية. يتم تعزيز معتقدات الفعالية التي يحملها الشخص إذا اعتبرت –المخططات– المؤشرات الزائدة عن الحاجة كدليل إضافي على الفعالية الذاتية، وإذا قاموا بتفسير المؤشرات الغامضة بطريقة تؤكد الذات،

يميل الشخص إلى تقليل، وانقاص الأهمية أو نسيان التجارب المخالفة لمعتقداته عن نفسه. على العكس، فإن تلك التي تتفق مع معتقدات الذات يمكن ملاحظتها بسهولة وإعطاء معنى لها وتذكرها. وبالتالي، فإن الأشخاص الذين يشككون في فعاليتها هم أكثر عرضة للنظر إلى النجاحات المتكررة على أنها نتاج جهد شاق أكثر من كونها دليلًا على قدرتهم، في حين أن الأفراد الواثقين من أنفسهم يؤمنون بقوة أكبر بقدراتهم بعد نجاحات مماثلة.**(Bandura, 2003, p.128)**

انطلاقا من هذه الخبرات الماضية التي عاشها الفرد منذ طفولته والتي يظهر أنها مصدر مفسر لقدرته على تفعيل ذاته، وكون هذا البحث يندرج في سياقه النفسي العيادي، يلاحظ أن نظرية المخططات تمثل هذه الخبرات بكل ما تحمله من مكونات انفعالية ومعرفية وسلوكية. فهي ادراكات راسخة حول الذات وحول الآخرين والعالم، والتي تترسخ مبكرا في الطفولة نتيجة لحرمان ونقص تربوي سليم، فتصبح طريقة الإدراك صلبة وسلبية عند الراشد. **(Hawsseaust, 2003, p.20)**. لذلك، لا يتعامل الأفراد مع الأنشطة دون وجود مفهوم عن أنفسهم أو العالم من حولهم.**(Bandura, 2003, p.127)**

تمارس المخططات تأثيراتها على طريقة تفكيرنا وتصرفاتنا وعلى علاقتنا مع الآخرين وتوقظ أحاسيس عنيفة مثل الغضب والحزن والقلق **(Young et Klosko, 2003, p.15)** ، يمكن أن يكون للحالة الانفعالية تأثيرات واسعة النطاق على معتقدات الفعالية الذاتية في مختلف المجالات.

(Bandura, 2003, p.164)

وتعد نظرية المخططات المعرفية المبكرة غير المتكيفة **لجيفيري يونغ** (2003) من بين النماذج التفسيرية الحديثة ذات الصبغة الإدماجية، أكثر تأثرا بالنظرية المعرفية السلوكية، وتوسعها في استعمال مفاهيمها وعلاجاتها. وقد استفادت واستعانت بمفاهيم ونتائج مختلف مدارس علم النفس (البنائية، التحليلية ونظرية التعلق، الجشطرتية، و المدرسة المعرفية السلوكية) لتشكل نموذج نظري وعلاجي غني وموحد. إذ

تقوم على فكرة المخطط الذي يرى **جيفيري يونغ** أنه برنامج معرفي يتدخل كدليل في ترجمة المعلومات وحل المشكلات لدى الفرد. **(Young et al, 2005, PP.27-33)** .

هذه الأخيرة هي عبارة عن 18 مخططا اقترحها **جيفري يونغ** (2003) تتجمع في 5 مجالات وهي: الانفصال والرفض، نقص الاستقلال الذاتي، عدم المسؤولية، التبعية للآخرين، اليقظة المفرطة.

(Wang and all, 2010, p.31)

أظهرت عدة دراسات أن زيادة نشاط المخططات المبكرة غير المتكيفة يؤدي الى زيادة مستوى التسويف الأكاديمي لدى الطلبة الجامعيين. (Jadidi, Mohammadkhani, & Tajrishi, 2011; Renner, lobbestael, Peeters, Arntz, & Huibers, 2012; Zakeri, Esfahani, & Razmjoee, 2013; Mojallal, Khosrojavid, Pakzad, & Ghanbari, 2014) إضافة لدراسة (Mohammad Setayeshi Azhari, 2017) التي اشارت نتائجها أن الكمالية كمتغير ثالث لها دور وسيط مهم في العلاقة بين المخططات المبكرة غير المتكيفة والتسويف الاكاديمي، وهذا يعني زيادة المدة الفاصلة بين الفكرة وتطبيقها.

وبعد البحث عن الدراسات السابقة التي تربط بين المتغيرين وجد الباحث دراسة **ألبن كموني 2017 Alban Komoni** التي بحثت العلاقة بين المخططات المبكرة غير المتكيفة والفعالية الذاتية الأكاديمية عند طلبة جامعة **Roehampton** في لندن، حيث أسفرت نتائجها عن وجود علاقة ارتباطية بين معظم المخططات والفعالية الذاتية الأكاديمية، باستثناء مخططات (السيطرة، المتطلبات العالية، الخوف من الخطر والمرض). أما باستعمال تحليل الانحدار المتعدد كشفت فقط عن مخطط "الفشل" كمتغير مهم يتنبأ بدرجات الفعالية الذاتية الأكاديمية. **(Alban, 2017, P.3)**

وعلى عكس هذه النتيجة ومع ندرت الدراسات التي تربط بين المتغيرين، تظهر الأدبيات النظرية أن طبيعة التحديات التي تواجه الفعالية الذاتية يمكن الحكم عليها بوسائل مختلفة من بينها مستوى الإتقان وبذل الجهد، الدقة والإنتاجية **(Bandura, 1997, p.194)**، وهذا ما قد ينطبق على مخطط المتطلبات العالية في مجال اليقظة المفرطة والكف، والذي يظهر الكمال والإتقان، مع الانشغال المستمر بالوقت والفعالية والسعي لأن يكون الأفضل. **(Young, 2005, p.48)**

كما يلاحظ أن أصحاب مخططات مجال نقص الاستقلالية والرفض (التبعية، الخوف من الخطر، العلاقات الدمجية، الفشل)، غير قادرين على تحديد أهداف شخصية والتحكم في المهارات الضرورية. فيما يخص الفعالية يبقون أطفال في حياة الرشد. **(Young et al, 2005, p.43)** وهذا ما يتوافق مع جزء من نتائج الدراسة السابقة فيما يخص مخطط "الفشل"، وفي جزء آخر يتعارض معه في مخطط "الخوف من الخطر"، لأن نتائج الدراسة السابقة تستثني ارتباط هذا المخطط بالفعالية الذاتية.

لذلك حاول الباحث انطلاقا مما سبق كشف المخططات المبكرة غير المتكيفة التي تؤثر على الفعالية الذاتية، من خلال طرح التساؤلات التالي:

التساؤل الأساسي:

1) ما مدى مساهمة المخططات المبكرة غير المتكيفة، في التنبؤ بالفعالية الذاتية لدى عينة الدراسة؟

التساؤلات الفرعية:

1) ما مدى مساهمة المخططات المبكرة غير المتكيفة، في التنبؤ ببعد المبادرة لدى عينة الدراسة؟

2) ما مدى مساهمة المخططات المبكرة غير المتكيفة، في التنبؤ ببعد المثابرة لدى عينة الدراسة؟

3) ما مدى مساهمة المخططات المبكرة غير المتكيفة، في التنبؤ ببعد المجهود لدى عينة الدراسة؟

4) ما مدى مساهمة المخططات المبكرة غير المتكيفة، في التنبؤ ببعد قدرة الفعالية لدى عينة الدراسة؟

2- صياغة الفرضيات

للإجابة على هذه التساؤلات التي طرحت في الإشكالية صيغة الفرضيات التالية:

1) تختلف مساهمة المخططات المبكرة غير المتكيفة، في التنبؤ بالفعالية الذاتية لدى عينة الدراسة.

2) تختلف مساهمة المخططات المبكرة غير المتكيفة، في التنبؤ بالمبادرة لدى عينة الدراسة.

3) تختلف مساهمة المخططات المبكرة غير المتكيفة، في التنبؤ بالمثابرة لدى عينة الدراسة.

4) تختلف مساهمة المخططات المبكرة غير المتكيفة، في التنبؤ بالمجهود لدى عينة الدراسة.

5) تختلف مساهمة المخططات المبكرة غير المتكيفة، في التنبؤ بقدرة الفعالية لدى عينة الدراسة.

3- أهداف الدراسة

تهدف الدراسة الحالية إلى ما يلي:

1. الكشف عن مدى مساهمة المخططات المبكرة غير المتكيفة في التنبؤ بالفعالية الذاتية لدى عينة الدراسة.

2. الكشف عن كيفية مساهمة المخططات المبكرة غير المتكيفة كنسق موحد في التنبؤ بالفعالية الذاتية لدى عينة الدراسة.

3. التحقق من الاختلاف الذي ظهر في الإشكالية بين الدراسة السابقة والاطار النظري للمخططات.

4- أهمية الدراسة

1. يستمد هذا البحث أهميته من أهمية دراسة الأزمة التي يعاني منها الطلبة اليوم والمتمثلة في غياب المبادرة والمثابرة خاصة من الناحية النفسية العيادية.

2. إن محاولة فهم هذه المشكلة تعتبر خطوة هادفة جدا في تفسير هذا القصور والتراجع في تفعيل ذواتنهم.

3. عند تتبع الدراسات السابقة وجد أنه توجد دراسة واحد (على حد علم الباحث) بين فعالية الذات والمخططات المبكرة غير المكيفة لذلك يعد هذا البحث إضافة للدراسات السابقة لهذه المتغيرات.

4. إعطاء تفسير لفعالية الذات من منظور ادماجي انتقائي حسب نظرية المخططات المعرفية المبكرة غير المتكيفة.

5- تحديد المفاهيم

يعد تحديد المفاهيم خطوة منهجية مهمة في يد الباحث، من أجل تم توضيحها إجرائيا كما يلي:

أ- المخططات المبكرة غير المتكيفة

- **التعريف الاجرائي**

تعرف المخططات المبكرة غير المتكيفة في هذا البحث على أنها التنظيمات التي تمارس تأثيراتها على طريقة تفكيرنا وتصرفاتنا وعلى علاقتنا مع الآخرين، لأنها تندمج بشدة مع الشخصية فهي أساس التكيف مع ظروف الحياة، ويمكن قياسها عن طريق الدرجات التي يتحصل عليها الفرد في مقياس المخططات المبكرة غير المتكيفة **لجيفري يونغ (2005)**، النسخة المختصرة المكونة من 75 بندا (5 بنود لكل مخطط) والتي تحتوي على 15 مخططا ضمن 5 مجالات وهي:

1. **مجال الانفصال والرفض:** وفيه 5 مخططات هي مخطط (النقص العاطفي، الشعور بالتخلي والاهمال وعدم الاستقرار، الشك والتعدي، الانطواء الاجتماعي، الشعور بالنقص والخجل) والمنحصر بين البند 1 و25.

2. **مجال نقص الاستقلالية والكفاءة:** وفيه 4 مخططات وهي (الفشل، التبعية وعدم الكفاءة الخوف من المرض والخطر، العلاقات الدمجية) والمنحصر بين البند 26 و 45.

3. **مجال نقص الحدود:** وفيه مخططين هما (الحقوق الشخصية المتطلبة والمفرطة، نقص التحكم الذاتي الانفعالي) والمنحصر بين البند 61 و65 وبين 71 و75.

4. **مجال التوجه المفرط نحو الآخرين:** وفيه مخططين هما (الخضوع، التضحية) والمنحصر بين البند 46 و55.

5. **مجال اليقظة المفرطة:** وفيه مخططين هما (التحكم الانفعالي المفرط، المثاليات المتطلبة المفرطة) والمنحصر بين البند 56 و60 وبين 66 و70.

ب- الفعالية الذاتية

- **التعريف الاجرائي**

تعرف الفعالية الذاتية في هذا البحث على أنها اعتقاد الفرد حول قدرته على تنظيم وتنفيذ أعمال معينة ويؤثر هذا الاعتقاد في التوقعات، الاختيارات، الإصرار، المثابرة، والشعور بالمسؤولية أمام الأعمال المعقدة، والذي يمكن قياسه عن طريق الدرجات الكلية التي يتحصل عليها الطالب في مقياس الفعالية الذاتية **لولاء يوسف (2016)**، والمكون من (36) بند، موزع على 4 أبعاد كما يلي:

-**المبادرة:** "يقصد بها السعي لمساعدة الآخرين فيما يقوم به الفرد من أعمال، والقدرة على التعامل مع المشكلات التي تواجهه، وحلها فضلا عن قدرته على اقناع الآخرين بالحوار". وبعد المبادرة يحتوي على 9 بنود (1-2-3-4-5-6-7-8-9).

-**المجهود:** "يقصد به تفضيل الفرد القيام بالأعمال التي تتطلب جهدا ووقتا في تنفيذها، والسعي باستمرار رغم الفشل من أجل الوصول الى أهدافه". بعد المجهود يحتوي على 8 بنود (10-11-12-13-14-15-16-17).

-**المثابرة:** "سمة فعالة روحها السعي، وهي تعين الفرد على إخراج طموحاته من داخله إلى حيز الوجود، والمثابرة تعني الاستمرارية وانتقال الفرد من نجاح الى نجاح، والشخصية الفعالة نشطة حيوية لا تفتر همتها مهما أصابها من عقبات ومواقف محبطة". وبعد المثابرة يحتوي على 10 بنود (18-19-20-21-22-23-24-25-26-27).

-**قدرة الفعالية:** ويقصد بها مستوى قوة دوافع الفرد للأداء في المجالات والمواقف المختلفة، ويختلف هذا المستوى تبعا لطبيعة أو صعوبة الموقف، ويبدو قدر الفعالية بصورة أوضح عندما تكون المهام مرتبة وفقا لمستوى الصعوبة والاختلافات بين الأفراد في توقعات الفعالية، ويمكن تحديدها بالمهام البسيطة المتشابهة، ومتوسطة الصعوبة. وبعد قدرة الفعالية يحتوي على 9 بنود (28-29-30-31-32-33-34-35-36). **(ولاء يوسف، 2016، ص.08)**

الفصل الأول:

المخططات المبكرة غير المتكيفة

تمهيد

إن المخطط هو مفهوم يستعمل لتوضيح وتبسيط الظواهر المعقدة، وتبيان نظام عملها من خلال أهم العناصر التي تحتويها، وعادة ما يتم استخدامه في مختلف العلوم خاصة في علم النفس بداية بالمخططات المعرفية ووصولا ل " المخططات المبكرة غير المتكيفة " التي تعتبر من أحدث النظريات في علم النفس العيادي للنفساني **جيفيري يونغ** المختص في العلاج المعرفي، هذا الاسم لم يختر عبثا لأنه يدل على العديد من المميزات التي من أهمها أن لها مصدر نشوء مبكر وغير مبكر في حياة الانسان عبر مراحل نموه، إذ تنشأ من خلال تفاعل مجموعة من العناصر مثل الوراثة واحتكاك الفرد بالمحيط، الذي يؤثر على المستوى المعرفي والانفعالي والسلوكي والعصبي للفرد؛ ويدل أيضا على أنها غير متكيفة من حيث علاقة الفرد بنفسه وبالعالم من حوله، حسب نوع المخططات التي يحملها وأساليب تعامله مع مختلف الأحداث والمواقف، والاستجابات الانفعالية والسلوكية المؤقتة التي يبديها والتي تمثل المخططات النشطة لديه؛ لذلك تعد المخططات المبكرة غير المتكيفة نموذجا تكامليا يمكنه تفسير الظواهر النفسية .

1- نبذة تاريخية عن مصطلح المخططات

يعتبر مصطلح المخططات بشكل عام، عبارة عن بنية، أو إطار أو دوائر– محيط، وتم تداوله في العهد الإغريقي لدى الرواقيين (فرقة فلاسفة يونانيين نسبة للرواق الذي تعلموا فيه الفلسفة) خاصة الفيلسوف **كريسيب Chrysippe**، وكذلك بالنسبة للفيلسوف **كانط Kant** الذي أشار للمخطط على أنه تصور مشترك لكل أعضاء فئة أو صنف ما. واستعمل هذا المصطلح أيضا في نظرية المجموعات الهندسة الجبرية، التعلم، التحليل الأدبي، البرمجة المعلوماتية.

(Young ; Janet,S ; Klosko; Marjorie, E ; Weishaar, 2005, p.33)

كما تناول هذا المفهوم بعض المفكرين مثل **إمانويل كونت Emmanuel Kant** في القرن (18) في كتابه "نقد العقل La critique de la raison " حيث استعمل كلمة مخطط ليحدد ثلاث فئات عقلية وهي "الوقت، المكان، السببية"، والتي تتعلق بطريقة فهم الإنسان وتفسيره للأشياء، وهو أول من اقترح نموذجا نفسيا لمعالجة المعلومات. **(Young et al, 2005, p.15)**

في عام **1918**، استخدم طبيب الأعصاب **هيد Head**، هذه الكلمة للإشارة إلى تعيين المناطق الدماغية المتعلقة بتمثيل الذات، مثل فكرة الصورة الجسدية « **schema corporel** » الموجودة في الفص الجداري.**(Kahalé, 2009, P.80)**

قام الطبيب النفسي **ألفريد أدلر Adler Alfred 1929**، بوصف المخطط المعرفي (مخطط إدراكي شعوري) ويعني الرؤية التي يمتلكها كل منا حول نفسه وحول العالم وذلك في كتابه (La science de la vie) . **(Kahalé, 2009, P.80)**

أما في عام **1932** ، أشارت **بارتليت Bartlett**، عالمة النفس العصبي، إلى المخططات المعرفية على أنها الذاكرة الدلالية التي تشمل المعاني والمفاهيم وخطط العمل، أي التي تجعل من الممكن تفسير المعلومات وحل المشكلات.**(Kahalé, 2009, P.80)**

يعتبر علم النفس المعرفي من أكثر وأثرى التخصصات المستعملة لمصطلح المخططات، فهي تتشكل من نموذج مفروض من الواقع أو من التجارب، والتي تسمح للأفراد بتفسير الأحداث وفهم التصورات وتوجيه الاستجابات، فالمخطط تمثيل خاص بحدث ما، أي برنامج معرفي مجرد يتدخل كموجه في تسيير المعلومات وحل المشكلات.**(Young et al, 2005, PP.33-34)**

إضافة لما سبق ارتبط مفهوم المخطط بأعمال كثيرة في هذا المجال وقد تداوله العديد من الباحثين من أبرزهم **بياجي Piaget (1964)**، فقد فسر مختلف مراحل النمو المعرفي للطفل على أساس المخطط المعرفي ووصف عمليتين هامتين في النمو المعرفي هما: المماثلة والمواءمة.

(Young et al, 2005, p.16)

أما في العلاج المعرفي استخدم **بيك Beck** مفهوم المخطط منذ (1967) مشيرا إلى أن المخططات تمثل تفسيرات شخصية وتلقائية للواقع فهي تعالج المعلومات بطريقة غير واعية وتؤثر في استراتيجيات التكيف لدى الفرد تظهر على شكل تشوهات معرفية تؤدي إلى ضعف معرفي.

(Young et al, 2005, p.17)

إن العمل الناتج عن الممارسة الطويلة في علاج اضطرابات الشخصية **لجيفري يونغ Jeffrey young** أسفر عن نموذج في العلاج المتمركز على المخططات، وذلك عن طريق تعديل تدقيق وتوضيح نموذج **بيك Beck**، ليصل الى مفهومه الرئيسي المتمثل في المخططات المبكرة غير المتكيفة، وكلمة مبكرة "Précoce" استعملها ليدل على أن هذه المخططات تأخذ منبعها من الطفولة.

(Fofana, 2007, P.102)

وبالنظر للمجال العيادي استعمل **هورونتز Horowitz هذا المصطلح (المخطط)** في نموذجه للعلاج (La thérapie des schémas de personne)، حيث اعتبر أن أي مخطط لأي شخص هو إطار يتكون غالبا من بقايا ذكريات الطفولة. **(Raynal, 1997, P.330)**.

ويعد نموذج **هورويتز Horowitz (1997)** مماثل لنموذج **جيفيري يونغ Jeffrey Young** إلا أن الأول اعتمد على التركيبة الكلية لكل المخططات، أما **جيفيري يونغ** قام بتعريف بعض المخططات الخاصة بأحداث الحياة السلبية.**(Young et al, 2005, p.94)**

بعد عرض السياق التاريخي العلمي للمخطط الذي تناوله الباحثون من منظور نفسي ومنظور عصبي، يتضح مدى مساهمة هذا المصطلح في احداث نقله في علم النفس المعرفي من اهتمام بالحاضر الى الولوج لماضي الأفراد وإيجاد فهم متماسك يمكن العلماء من تفسير الاختلافات في سلوكات الأفراد، وهذا ما تم الوصول اليه من طرف **جيفيري يونغ Jeffrey young** عندما أشار إلى المخططات المعرفية المبكرة غير المتكيفة كطرح جديد.

2- تعريف المخططات المعرفية المبكرة غير المتكيفة

تطرق **يونغ Young** في كتابه " **Je réinvente ma vie**" (2003) الى تعريف المخطط كالتالي: "المخطط هو التنظيم الذي يأخذ منبعه في الطفولة و يؤثر على كل حياتنا وهو ينتج عن ظروف تحملها الفرد من عائلته وأصدقائه، من إهمال، انتقاد، إفراط في الحماية، ويكون ضحية للإساءة، الرفض من المحيط أو الحرمان وفقدان كل شيء مما قد يؤدي إلى صدمة، ومع الوقت يندمج المخطط بشدة مع الشخصية فهو أساس التكيف مع ظروف الحياة، وتمارس المخططات تأثيراتها على طريقة تفكيرنا و تصرفاتنا وعلى علاقتنا مع الآخرين وتوقظ أحاسيس عنيفة مثل الغضب والحزن و القلق».

(Young et Klosko, 2003, p.15)

كما افترض **يونغ Young** أن بعض المخططات الخاصة التي تنتج عن التجارب السلبية منذ الطفولة تشكل نواة اضطرابات الشخصية وبعض الاضطرابات الأخرى، ويمكن تعريف المخططات المبكرة غير متكيفة في عناصر أساسية كما يلي:

- نموذج أو موضوع هام واجتياحي.

- تتكون من ذكريات، انفعالات، مدركات، وأحاسيس جسدية.
- تخص الذات والعلاقات مع الآخرين.
- تتكون خلال الطفولة والمراهقة.
- تثرى خلال حياة الفرد.
- مختلة وظيفيا بطريقة واضحة. **(Young et al, 2005, p.34)**

وأضاف **هاوسوس Hawsseaust** (2003) **أن** المخطط المبكر غير المكيف عبارة عن شعور مؤلم يتكرر في الحاضر نتيجة خبرات سيئة في الماضي فهو إدراكات راسخة حول الذات وحول الآخرين والعالم، والتي تترسخ مبكرا في الطفولة نتيجة لحرمان ونقص تربوي سليم فتصبح طريقة الإدراك صلبة وسلبية عند الراشد. **(Hawsseaust, 2003, p.20)**.

لذلك ركز **جيفيري يونغ** في تعريفاته على دور البيئة المحيطة، خاصة الأسرة، بالإضافة إلى شخصية الفرد مثل الطبع والمزاج، الذي يشير إلى السمات الفطرية الموروثة.

(Kahalé, 2009, p.81)

حسب التعاريف السابقة، يلاحظ وجود تقارب يدل على أن المخططات تنشأ من المحيط الذي يعيش فيه الفرد، هذا المحيط متنوع بين الافراط والتفريط وفق معاملة والدية معينة، لذلك تتنوع المخططات وتتمايز بتنوع تلك المعاملة، ومع ذلك لابد من وجود شيء مشترك بينها يمثل الخصائص التي تتمتع بها.

3- خصائص المخططات المبكرة غير المتكيفة

تتميز المخططات المبكرة غير المتكيفة في الخصائص التالية:

1- **الخاصية الأولى:**

من بين (18) مخططا تعتبر المخططات الأكثر ضررا وشدّة هي: مخطط التخلي / عدم الاستقرار، مخطط الحذر / التعدي، مخطط الحرمان العاطفي، مخطط نقص الإتقان. هؤلاء الأشخاص

الذين يقعون تحت تأثير هذه المخططات، عندما يكونون أطفال تعرّضوا للإهمال، سوء المعاملة، التخلي، الرفض. خلال سن الرشد، تنشط هذه المخططات عن طريق أحداث حياته، إذ يدركها في اللاوعي بأنها مشابهة للتجارب الصادمة خلال الطفولة. عند تفعيل أحد هذه المخططات، يشعر بانفعالات قوية مثل الخوف والحزن والغضب.

2- **الخاصية الثانية:**

المخططات لا تنتج كلها عن الصدمات أو سوء المعاملة خلال الطفولة. في الواقع، الفرد يمكن أن يطور مخطط التبعية /عدم الكفاءة دون أن يكون قد تعرض لحدث صدمي، ولكنه تلقى حماية مفرطة خلال طفولته. ومع ذلك، هذه المخططات لا تنتج كلها من حدث صدمي ولكن كلها مدمرة وناتجة أساسا عن تجارب ضارة تكررت بانتظام خلال الطفولة والمراهقة، هذه التجارب لها طابع تراكمي وأثرها العام يقود إلى ظهور مخطط مميز.

3- **الخاصية الثالثة:**

المخططات المبكرة غير المتكيفة تكافح من أجل البقاء، وهذا ناتج عن سعي الإنسان إلى البحث عن الاستمرارية. المخطط يمثل بالنسبة للفرد ما يعرفه. ورغم أنه يسبب له المعاناة، إلا أنه تعود عليه ويشعر بالراحة معه. وغالبا ما ينجذب الأشخاص إلى الأحداث التي تنشط هذه المخططات وهذه أحد الأسباب التي تجعل المخططات صعبة التعديل. فالأشخاص يعتبرون مخططاتهم حقائق بديهية، لهذا سوف تأثر على مسار التجارب في وقت لاحق، وتلعب هذه المخططات دورا هاما في طريقة التفكير، الإحساس، التصرف أو في الدخول في علاقات مع الآخرين؛ كما تقود الشخص لا اراديا وبشكل متناقض إلى تهيئت الظروف الضارة في حياته كراشد مثل التي عاشها في الطفولة.

4- **الخاصية الرابعة:**

تظهر المخططات خلال الطفولة والمراهقة كتمثيل للوسط العائلي الذي عاش فيه الفرد، وهي تتأسس على الواقع، وتعيد انتاج الحالة المزاجية لبيئته المبكرة بدقة. مثلا عندما يقول العميل أن بيئته الأسرية كانت باردة وغير عاطفية في صغره، سيكون صادقا، حتى وإن لم يستطع أن يفهم سبب عدم قدرة والديه على اظهار حنانهم أو التعبير عن عاطفتهم. يمكن أن يخطئ في تحديد سبب ذلك، لكن وصفه للمناخ الانفعالي وأسلوب المعاملة سيكون صحيحا.

5- **الخاصية الخامسة:**

ان الطبيعة غير الوظيفية للمخططات تظهر لاحقا خلال الحياة، عندما يبدأ المرضى في إدامة مخططاتهم عبر تفاعلهم مع الآخرين، وعبر تصورات غير صحيحة وغير متكيفة. ان الطرق المختلة التي يتكيف بها المرضى مع المخططات، غالبًا ما تكون في صورة أعراض المحور الأول مثل القلق والاكتئاب وتعاطي المخدرات والاضطرابات السيكوسوماتية.

6- **الخاصية السادسة:**

المخططات لها أبعاد ومستويات متباينة من حيث الاستحواذ والخطورة، فكلما كان المخطط حادا وشديدا تعددت المواقف التي تنشطه، وتصاحب هذا التنشيط انفعالات سالبة تمتد لوقت طويل، مثلا إذا كان شخص محل انتقادات شديدة ومتكررة من طرف والديه خلال طفولته فإن كل انتقاد صادر من أي شخص آخر يعد موقفا مناسبا لتفعيل مخطط عدم الإتقان، بالمقابل إذا كانت المعاملة نفسها في فترة متأخرة من طفولته بصفة أقل حدة وغير متكررة ومن طرف أحد الوالدين فقط، فاحتمال تفعيل ذلك المخطط في حياته لاحقا أقل بكثير.

7- **الخاصية السابعة:**

هناك مخططات إيجابية وأخرى سلبية ومخططات مبكرة وأخرى متأخرة، فهناك من يعتقد أن لكل مخطط مبكر غير متكيف يقابله مخطط متكيف، ففي نظر **ايركسون Erecsson** (1950) فإن الاجتياز المثمر والناجح لكل مرحلة من مراحل النمو النفسي – اجتماعي، يؤدي إلى مخطط مكيف والعكس فإن الفشل في اجتياز مرحلة من تلك المراحل فإنه يؤدي إلى مخطط غير مكيف.

(Young et al, 2005, p.35-37)

لقد أظهرت هذه الخصائص من الناحية النفسية العيادية، مدى عمق وتأثير المخططات المبكرة غير المتكيفة على الفرد، ومدى استحواذها على حياته، خاصة وقد نشأت منذ الطفولة عن طريق أساليب المعاملة الوالدية وتفاصيل أخرى تحتاج لتوضيح أكثر.

4- مصادر نشوء المخططات المبكرة غير المكيفة

حسب يونغ فإن التربية الوالدية المبكرة والعامل الوراثي والأحداث التي تسبب صدمات مثل الإهمال، الرفض، الحماية المفرطة، سوء المعاملة، الحرمان، الانتقادات المستمرة من طرف المحيط العائلي، كلها تساهم في نشوء المخططات المبكرة غير المكيفة. **(Mehran, 2006, p.78)**

ويرى أن حياة الفرد بما فيها تفكيره وأفعاله متأثرة بالمخططات ويرجع أساس أصل نشوء المخططات إلى الوسط العائلي المهدم. وأن الحاجات العاطفية الأساسية غير المشبعة ليست العامل الوحيد في نشوء المخططات المبكرة غير المكيفة، فالتجارب السالبة المبكرة المعاشة والطبع الانفعالي هما كذلك عوامل مسببة في نشوء المخططات المبكرة غير المكيفة. **(Kahalé, 2009, p.84)**

انطلاقا مما سبق فقد صنف **يونغ Young** مصادر نشوء المخططات فيما يلي:

4-1- الحاجيات العاطفية الأساسية

إن المخططات هي نتيجة لحاجيات عاطفية أساسية لم تشبع خلال الطفولة، وقد تم اقتراح خمس حاجيات عاطفية أساسية عند الإنسان هي:

أ- الأمان المرتبط بالتعلق بالآخرين كالاستقرار والتربية الايجابية والتقبل.

ب- الاستقلالية، الكفاءة والشعور بالهوية.

ت- حرية التعبير عن حاجياته وانفعالاته.

ث- العفوية واللعب.

ج- الحدود والمراقبة الذاتية.

تعتبر هذه الحاجيات انسانية، إذ توجد عند كل الأفراد رغم أن بعض الأشخاص لهم حاجيات أهم من الآخرين، والفرد السليم من الناحية النفسية هو الشخص الذي يتمكن من تلبية أو إشباع حاجياته العاطفية الأساسية بطريقة متكيفة وينتج الإحباط بدل الإشباع في مجال هذه الحاجيات العاطفية الأساسية بالتفاعل بين المزاج الفطري للطفل ومحيطه المبكر. **(Young et al, 2005, p.37)**

4-2- **دور الخبرات المبكرة للحياة**

حيث **يرى يونغ وآخرون Young et all** (2005) أن الخبرات المؤلمة في الطفولة هي منبع المخططات المبكرة غير المتكيفة، فالمخططات التي تتطور مبكرا هي الأقوى وتجد جذورها في الخلية العائلية. إن ديناميكية عائلة الطفل تتناسب بالنسبة له مع ديناميكية العالم الكبير. وعندئذ يجد المفحوص نفسه عند الرشد في مواقف تنشط مخططاته المبكرة غير المتكيفة، فالحالة التي هو بصدد معايشتها تتناسب مع مأساة من طفولته، وعموما يكون لأحد الوالدين دور في ذلك.

وهناك عوامل أخرى مثل المدرسة ومختلف جماعات الانتماء أو ثقافة المحيط، والتي تأخذ أهمية متزايدة كلما كبر، ويمكن أن تؤدي إلى تطور المخططات.

لكن المخططات التي تتطور متأخرا هي على العموم أقل استحواذا وقوة، مثل الانعزال الاجتماعي الذي هو مخطط يتطور متأخرا في الطفولة أو المراهقة والذي يمكن أن لايعكس ديناميكية العائلة. **(Young et al, 2005, p.38).**

لاحظ **يونغ وآخرون أن** هناك أربعة أنواع من خبرات الحياة المبكرة التي تتنافس لإنشاء المخططات غير المتكيفة:

أ- **الإحباطات في الحاجيات:** تظهر عندما يعيش الطفل نقص في الاستقرار أو الفهم أو الحب في محيطه مبكرا، وبالتالي يكسب مخططات مثل النقص العاطفي أو التخلي.

ب- **الصدمات أو الضحية:** في هذه الحالة، الطفل يكون ضحية أو تعرض لمعاملة سيئة، فيطور مخططات الشك، التحدي، أو النقص /الخجل أو مخطط الخوف من الخطر أو من المرض.

ج- **الإفراط في إشباع الرغبات:** هنا يتلقى الطفل إفراط في الأمور الجيدة من طرف والديه والتي من الأفضل له أن يتلقاها بطريقة معتدلة، في حالة مخطط التبعية عدم الكفاءة ومخطط المبالغة في الحقوق الشخصية والسيطرة، نادرا ما يساء معاملة الطفل بل يكون مدللا. إذا لم يتم تلبية الاحتياجات العاطفية الأساسية للطفل في مجال الاستقلالية أو الحدود، في هذه الحالة نجد أن الأولياء ينغمسون كثيرا في حياة الطفل ويفرطون في حمايته، أو على العكس يعطونه مزيدا من الحرية والاستقلالية بدون أي حدود.

د- **التقمص الانتقائي للأشخاص المهمين:** حيث يتصور الطفل بأنه مشابه لأحد والديه، أي يتماهى مع أحد والديه، من حيث أفكاره وعواطفه وخبراته وسلوكياته، ويلاحظ أن المزاج يحدد

الطريقة التي يأخذها الفرد في عملية التقمص. ويمكن لبعض هذه التقمصات أن تتحول إلى مخططات، أو أساليب تكيفية أو أنماط. **(Young et al, 2005, p.38-39)**

3-4- دور المزاج الانفعالي

هناك عوامل أخرى غير المحيط المبكر للطفل تلعب هي أيضا دورا أساسيا في تطوير المخططات، حيث أن للمزاج الانفعالي للطفل دورا هاما. وسرعان ما يدرك معظم الآباء أن لكل طفل مزاج فطري وفريد ومميز، فبعض الأطفال يكونون أكثر عصبية والبعض الآخر أكثر خجلًا.

وتضيف عدة دراسات، مثل دراسة كاغان، روزونيك، سنيدمان (kagan, Reznick, Snidman, 1988) أن ميزات المزاج التي أظهرها الأطفال في المراحل المبكرة، تظل واضحة وثابتة على مر الزمن.

وقد إقترح **يونغ وآخرون Young et all** (2005) سبعة أبعاد افتراضية للمزاج الانفعالي والتي تظهر على أنها فطرية وغير قابلة للتغير نسبيا، وهذه الأبعاد هي:

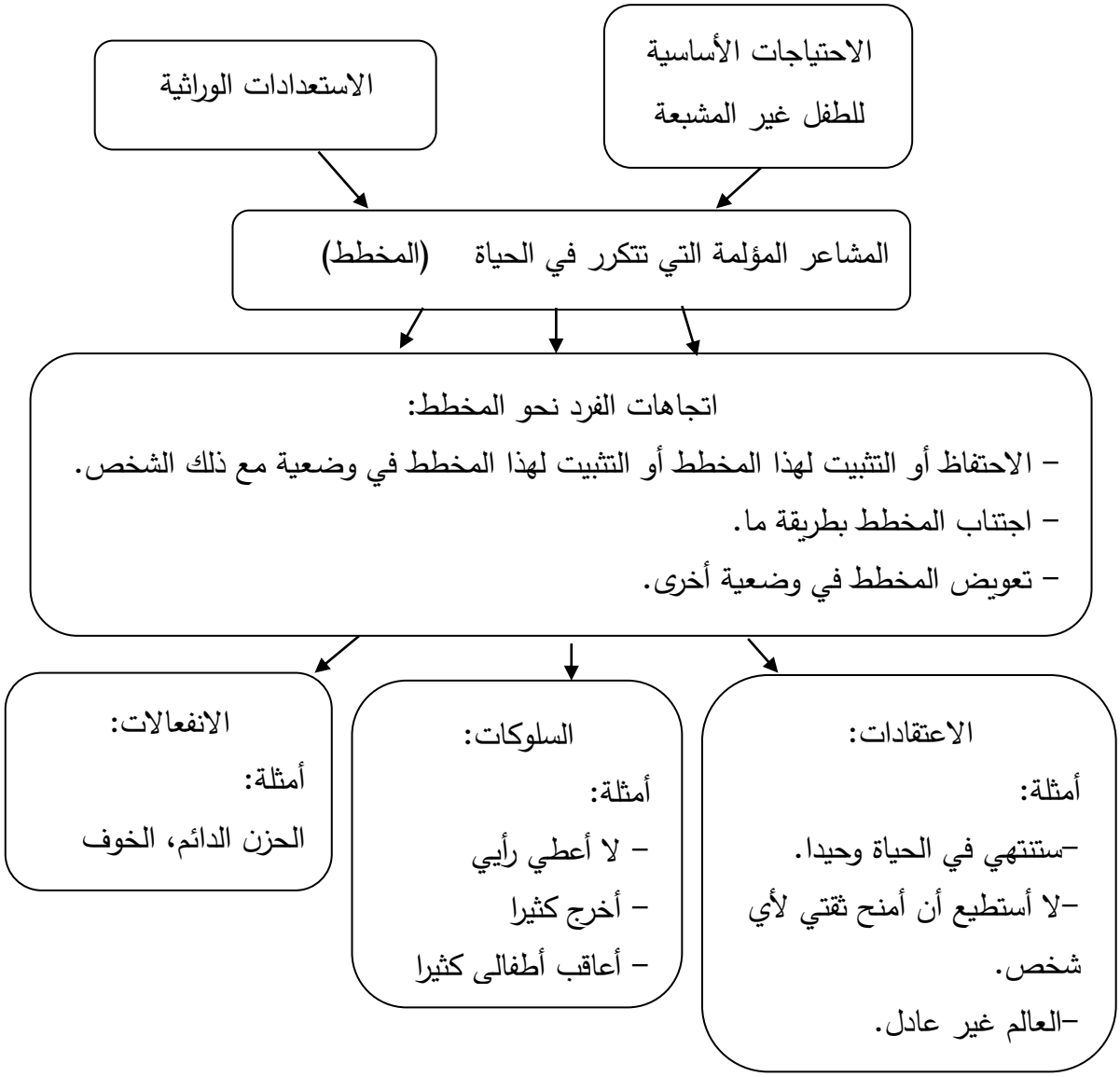
إنفعالي	ــــــــــــــــ	ليس له إنفعال
متشائم	ــــــــــــــــ	متفائل
قلق	ــــــــــــــــ	هادئ
وسواسي	ــــــــــــــــ	ساهي
سلبي	ــــــــــــــــ	عدواني
غاضب	ــــــــــــــــ	مرح- بشوش
خجول	ــــــــــــــــ	اجتماعي

(Young et al, 2005, p.40)

المزاج الانفعالي يتفاعل مع المواقف الصعبة للطفولة لتشكيل المخططات.

- الأمزجة المختلفة تعرض الأطفال لطرق مختلفة في التعامل خلال طفولتهم: الطفل العدواني سيكون أكثر عرضة لوالد يسيء معاملته، مقارنة بطفل هادئ وسلبي.
- الأمزجة المختلفة تجعل الأطفال حساسين بطرق مختلفة لظروف حياة متشابهة، فيمكن لأخوين أن يستجيبا بطرق مختلفة، لظروف مشابهة. فالطفل الخجول مع أم رافضة، ينعزل عن العالم تدريجيا، ويصبح مرة بعد مرة تابعا لأمه، أما الطفل الاجتماعي مع أم رافضة، سيغامر في العالم ويكون علاقات أخرى، أكثر إيجابية.
- يمكن لمحيط يتميز بالكره أو مناسب أن يتجاوز المزاج الانفعالي، وهذا بطريقة دالة جدا، حيث يمكن لمحيط عائلي آمن تغمره العاطفة أن يجعل من الطفل الخجول طفلا جد اجتماعي في العديد من المواقف. أما اذا كان الوسط العائلي المبكر نابذ كفاية، حتى الطفل الاجتماعي سيميل الى الانعزال.
- يمكن للمزاج الانفعالي أن يتجاوز المحيط العادي، وينتج اضطرابا بدون أي سبب ظاهر في تاريخ الحالة.

ولتبسيط فهم كيفية نشوء المخططات، قدم **هاوسوس** مخططا توضيحيا لفهم كيفية نشوئها:



الشكل رقم (1): كيفية نشوء المخططات

(Hawsseaust, 2003, p.110)

يوضح هذا الشكل أن نشوء المخطط يبدأ من الاستعداد الوراثي والاحتياجات الأساسية غير المشبعة للفرد، لينتج عنهما مشاعر مؤلمة تتكرر باستمرار في حياته، فتحدد الأساليب غير المتكيفة التي يسلكها (الخضوع، التجنب، التعويض) وتظهر في اعتقاداته وانفعالاته وسلوكياته.

بعد الاطلاع على كيفية نشوء المخططات المبكرة غير المتكيفة، يلاحظ أن العناصر السابقة تتفاعل فيما بينها، لتشكل المخططات، والتي بدورها تجتمع تحت مجالات تشكل نسقا من عدة مخططات تتمحور حول الحاجيات العاطفية الأساسية التي اقترحها صاحب النظرية.

5- مجالات المخططات المبكرة غير المتكيفة

يوجد ثمانية عشر مخططا، وضعت هذه المخططات ضمن خمسة مجالات، وهذا ما سيتم توضيحه في الجدول التالي:

الجدول رقم (1): المخططات المبكرة غير المكيفة بمجالاتها الناتجة عن الحاجات الأساسية غير المشبعة.

الحاجات الخمسة الأساسية	المجالات (le domaine)	المخططات التابعة للميدان	
الحاجة للأمن المتعلق بالارتباط بالآخرين	الانفصال والرفض Séparation et rejet	الإهمال/ عدم الاستقرار	Abandon/ Instabilité
		الحذر/ التعدي	Méfiance/ Abus
		الحرمان العاطفي	Manque Affective
		عدم الاتقان/ الخجل	Imperfection/ Honte
		الانعزال الاجتماعي	Isolement Social
الحاجة إلى الاستقلالية والكفاءة	نقص الاستقلالية والإنجاز Manque d'autonomie et de performance	التبعية/ عدم الكفاءة	Dépendance/ Incompétence
		الخوف من الخطر أو المرض	Peur du danger ou de maladie
		الاندماج/ العلاقات الدمجية	Fusionnement/ personnalité atrophiée
		الفشل	L'échec

الحاجة إلى الحدود والمراقبة الذاتية	نقص الحدود Manque de limites	الحقوق الشخصية المبالغ فيها (السيطرة)	Droits Personnels Exagérés/Grandeur
		نقص المراقبة الذاتية/ نقص التحكم الشخصي	Manque de control de Soi/ Autodiscipline Insuffisants
الحاجة إلى التعبير عن الانفعالات بحرية	التوجه المفرط نحو الآخرين Orientation excessive vers les autres	الخضوع	Assujettissement
		التضحية بالذات	Abnégation/
		البحث عن الموافقة والاعتراف	Recherche d'Approbation et de Reconnaissance
الحاجة إلى التلقائية واللعب	اليقظة المفرطة والكف Sur-vigilance et inibition	السلبية/ التشاؤم	Négativité/ Pessimisme
		التحكم المفرط في الانفعالات	Sur control émotionnel
		المتطلبات العالية/ المبالغة في النقد	Idéaux Exigeants / Critique Excessive
		العقاب	Punition

(Roussin, 2011)

5-1- المجال الأول: الانفصال والرفض Séparation et rejet

إن المفحوصين الذين لهم مخططات في هذا المجال ليس لهم القدرة على إقامة علاقات واثقة مع الآخرين، ويظنون أن حاجاتهم للاستقرار والأمن والاهتمام والحب والانتماء لن تلبى أبدا. وتتميز عائلاتهم بعدم الاستقرار (التخلي/ عدم الاستقرار)، سوء المعاملة (عدم الثقة/ التعدي)، أحاسيس باردة (نقص العاطفة) أو المنفصلة عن العالم الخارجي (العزلة الاجتماعية). والمفحوصون الذين تتمركز مخططاتهم في هذا المجال هي في غالب الأحيان الأكثر شدة ومعظمهم عاشوا صدمات في الطفولة، وفي الرشد

ينتقلون من علاقة هدامة ذاتيا إلى أخرى، ويتجنبوا العلاقات الودية، والعلاقة العلاجية أساسية في علاج هؤلاء المفحوصين. **(Young et al,2005, p.41).**

ويضيف **كوترو وبلاكبورن Cottraux et Blackburn** (2001) أن المجال يشمل خمس مخططات وهي موضحة كما يلي:

أ- مخطط رقم (1) : التخلي وعدم الاستقرار Abandont/Instabilité

هو تصور الفرد بأن الأشخاص المهمين لن يبقوا معه وسيتخلون عنه ويتركونه ولا يقدمون له الدعم، ولن يكونوا دوما حاضرين لأنهم لن يقبلوه أو سوف يموتون قريبا، أو يتخلون عنه للبقاء مع شخص آخر أفضل منه. **(Young et al,2005, p.42)**

ب- مخطط رقم (2): الحذر/ التعدي Méfiance/Abus

يتوقع الفرد من الآخرين سوء المعاملة، الكذب عليه خداعه واستغلاله. بصفة عامة يعتقد أن معاناته، هي نتيجة إهمال الآخرين له المتعمد وغير المبرر، ويشعر كذلك بالحرمان المستمر، مقارنة بالآخرين. (نفس المرجع السابق، ص.42)

ج- مخطط رقم (3): الحرمان العاطفي Manque Affectif

المفحوص متيقن أن الآخرين لا يمنحونه الدعم العاطفي الذي هو بحاجة إليه، وهنا يمكن تمييز ثلاثة مستويات:

1. **نقص الدعم العاطفي:** غياب الاهتمام، العاطفة، الدفء، الصداقة...
2. **نقص التفهم:** غياب الشخص المتفهم، المستمع، المساند.
3. **نقص الحماية:** غياب الشخص الموثوق الذي يقوم بالتوجيه والإرشاد والنصح.

(Young et al, 2005, p.42)

د- مخطط رقم (4): عدم الإتقان/ الخجل Imperfiction/ Hont

يحكم الفرد على نفسه بأنه شخصية غير متكاملة، وغير قادرة، لا تؤثر في الآخرين، ولا يتحمل الانتقادات، التوبيخ ويتضايق من مقارنته بالآخرين، يتميز بنقص الثقة، والخجل والشعور بالنقص سواء كان داخلي (مثل: الأنانية، غضب، الرغبات الجنسية غير المقبولة) أو خارجي: تشوه جسمي، الضيق اجتماعي. **(Young et al, 2005, p.42)**

هـ- مخطط رقم (5): الانعزال الاجتماعي Isolement Social

يشعر الفرد بأنه منعزل، منقطع عن بقية العالم، ومختلف عن الآخرين ولا ينتمي لأي فوج أو جماعة خارج الأسرة. (نفس المرجع السابق، ص.42)

يرتبط هذا المخطط بنوعية العلاقات العاطفية للفرد ويخص العلاقات مع الأصدقاء ومختلف الجماعات. لذلك تتميز طفولة صاحب هذا المخطط بالرفض من طرف أقرانه فهو يميل إلى الابتعاد عن مرافقة الآخرين، لا يبحث عن بناء علاقات، يشعر بالاغتراب والتهميش والدونية، يعتقد أنه غير مرغوب ومثير للاشمئزاز، لا يميل للمناقشة، ممل ويتحفظ أثناء المناسبات الاجتماعية، قاعة الدراسة واجتماعات العمل في الوسط المهني. **(Fofana, 2007, p.108)**

2-5- المجال الثاني: نقص الاستقلالية والإنجاز manque d'autonomie et de performance

الاستقلالية هي القدرة التي يمتلكها الفرد للانفصال عن عائلته والتصرف باستقلالية، كما يفعل الأشخاص في مثل سنه. فالمفحوصون الذين لديهم مخططات في هذا المجال لهم توقعات اتجاه أنفسهم واتجاه العالم لا تتطابق مع قدراتهم المدركة على البقاء، للتصرف باستقلالية والتمكن من تحقيق النجاح الكافي. عندما كانوا أطفالا، كان أولياءهم يفعلون كل شيء مكانهم ويفرطون في حمايتهم؛ أو على النقيض (في حالات نادرة) بالكاد كانوا يهتمون بهم (كلا الحالتين تؤدي إلى مخططات نقص

الاستقلالية)، وغالبا ما يساهم أولياؤهم في زعزعة ثقتهم بأنفسهم ولم يتمكنوا من تقوية كفاءتهم خارج البيت وبالتالي هؤلاء المفحوصين غير قادرين على تكوين شخصيتهم، فهم غير قادرين على تثبيت أهداف شخصية والتحكم في المهارات الضرورية، فهم غير قادرين على تحديد أهداف شخصية والتحكم في المهارات الضرورية. فيما يخص الفعالية يبقون أطفال في حياة الرشد.

(Young et al ,2005, p.43)

وتندرج ضمن هذا المجال المخططات التالية:

أ- **مخطط رقم (6): التبعية/ عدم الكفاءة Dépendance/ Incompétence**

حيث يؤمن المفحوص بحقيقة عجزه على مواجهة المسؤوليات اليومية دون مساعدة الآخرين (مثل: ادارة ماله، حل المشكلات اليومية، استخدام الحس السليم، تولي مهام جديدة، اتخاذ القرار)، ويردد عادة "أنا عاجز عن...". غالبا ما يظهر هذا المخطط قصور ذاتي أو نقص في المبادرة.

ب- **مخطط رقم (7): الخوف من الخطر/ المرض Peur du danger ou de la maladie**

هنا يظهر خوف مبالغ فيه لحدوث كارثة في أي وقت لا يمكن تجنبها، وتتعلق هذه المخاوف بكوارث التالية:

- **الصحة:** نوبة قلبية، السيدا.
- **الانفعالات:** كأن يفقد عقله أو فقدان التحكم.
- **كارثة طبيعية او فوبيا:** المصاعد، الجرائم، الطائرات، الزلزال.

ج- **المخطط رقم (8): العلاقات الدمجية Fusionnement/ personnalité Atrophiée**

هو تعلق عاطفي شديد مع شخص أو عدة أشخاص، غالبا ما يكون الوالدين، وذلك على حساب التكيف الاجتماعي العادي وتحقيق التفرد، وغالبا ما يعتقد الفرد أنه لا يستطيع العيش دون الآخر أو لا

يكون سعيدا بدونهم، كما يشعر بفراغ داخلي وأن ليس له هدف في هذه الحياة، وفي حالات الشديدة يتساءل عن وجوده. **(Young et al, 2005, p.43)**

يصبح الفرد في هذه الحالة غير قادر أن يطور نفسه فكريا، اجتماعيا، عاطفيا أو التعبير عن ميوله ومواهبه. إضافة إلى أن أفكاره وسلوكه ورغباته وحتى قراراته هي للشخص المرتبط به. ويمكن أن يصل هذا الاندماج إلى شعور ذلك الشخص بالذنب إذا احتفظ بتفاصيل حياته الخاصة دون مشاركتها مع الآخر. **(Kahalé, 2009, p.91)**

د-المخطط رقم (9): الفشل Echec

يتوافق هذا المخطط مع الاعتقاد بأن الفرد فشل وسيفشل حتما، وهو غير قادر على النجاح مثل الآخرين (الدراسة، المهنة، الرياضة... الخ) ويحكم على نفسه بأنه غبي، غير كفؤ، يفتقر للموهبة، جاهل، وأدنى من للآخرين، الخ. **(Young et al, 2005, p.44)**

3-5- المجال الثالث: نقص الحدود manque de limites

المفحوصون الذين لهم مخططات في هذا المجال لم يطوروا الحدود المناسبة من حيث المعاملة بالمثل والمراقبة الذاتية، يمكن أن يتعلق الأمر بنقص الحدود الداخلية ونقص المسؤولية اتجاه الآخرين أو عدم القدرة على دعم أهداف ذات المدى الطويل، كما لهم صعوبات في احترام حقوق الآخرين أو التعاون.

يظهر هؤلاء المفحوصون بأنهم أنانيون مدللون وغير مسؤولين، ونرجسيين، ويكون الوسط العائلي نمطي يتمثل في وجود أولياء ضعفاء كثيري التسامح والتساهل لا يتمكنون من فرض نظام وانضباط أو يعتبرون أنهم أعلى من الآخرين. وكبالغين يفتقرون إلى القدرة على احتواء دوافعهم وتأجيل الإشباع الفوري للاستفادة على المدى الطويل. يمكن أن يكون مخطط الحقوق الشخصية المبالغ فيها في بعض الأحيان شكلاً من أشكال التعويض لمخطط آخر، مثل الحرمان العاطفي، وفي هذه الحالة لا يكون الإفراط في التساهل عادة أصل هذا المخطط. **(Young et al, 2005, p.44)**

وحسب **جيفري يونغ Jeffrey Young (2005)** فان هذا المجال له مخططين هما:

أ- **مخطط رقم (10): الحقوق الشخصية المبالغ فيها/ العظمة Droits personnels Exagérés/ Grandeur**

يتوافق هذا المخطط مع التأكيد على أن المرء يتفوق على الآخرين، وله حقوقًا وامتيازات أعلى. المرضى الحاملين لهذا المخطط لا يشعرون أنهم ملزمون بقواعد المعاملة المتبادلة التي توجه العلاقات الاجتماعية الطبيعية. يعتقدون أنهم يجب أن يكونوا قادرين على فعل أو الحصول على ما يريدون بالضبط، بغض النظر عن التكلفة التي يتحملها الآخرون؛ أو لديهم ميل مفرط لتأكيد قوتهم أو وجهة نظرهم والسيطرة على الآخرين لمصلحتهم الخاصة. إنهم منشغلون بشكل مفرط بتفوقهم (نجاحهم، شهرتهم، قيمتهم) من أجل تحقيق القوة (وليس غرضهم الأساسي هو السعي للحصول على الموافقة أو الاهتمام) فهم يطالبون بشكل خاص بالسيطرة ويفتقرون إلى التعاطف.

(Young et al, 2005, pp.44-45)

عندما يخضعون لمخططهم، يصبحون غير قادرين أو غير راغبين في التحكم في أنفسهم واتباع القواعد والأعراف الاجتماعية. ويجدون صعوبة في تحمل الحدود، يعتقدون أنهم مميزون وفريدون، يفرضون أنفسهم بطريقة عدوانية وأنانية، يسيطرون، منافسون، متعجرفون، يستفيدون من الآخرين لتحقيق أهدافهم والسعي للتفوق على الآخرين والقوة. في حين أنهم عندما يتجنبون مخططهم، فإنهم يهربون من المواقف التي لا يستطيعون فيها التفوق وتجاوز الآخرين. أما عندما يعوضون مخططهم، فإنهم يعرضون الهدايا أو القيام بأعمال اللياقة للتعويض عن أنانيتهم. **(Kahalé, 2009, pp.92-93)**

ب- المخطط رقم (11): نقص التحكم الذاتي/ الانضباط الشخصي /Contrôle de Soi Autodiscipline Insuffisants

المشكل الأساسي هو عدم القدرة أو رفض التحكم في الذات، كذلك عدم الرغبة في الإحباط عند تحقيق الأهداف الشخصية. لا يستطيع تحمل حرمانه من رغباته، ولا يستطيع أن يخفف من التعبير عن انفعالاته واندفاعاته. لذلك في الشكل المخفف لهذا المخطط، يحاول المفحوص بأي ثمن تجنب ماهو مؤلم له : فهو يتجنب المعاناة، والصراعات، والمواجهات، والمسؤوليات، والجهود الشخصية المفرطة من حيث الالتزام والنزاهة والإنجاز الشخصي. **(Young et al, 2005, p.45)**

إن عدم القدرة على التحكم في الذات يكون في العديد من المجالات سواء الشخصية أو المهنية. إنهم يفضلون إرضاء الرغبات قصيرة المدى بدلاً من الرغبات طويلة المدى مهما كانت العواقب. إن عدم الانتباه، عدم الاستقرار، الفوضى، العفوية، عدم القدرة على القيام بنشاط يومي، والتعبير عن المشاعر بطريقة مبالغ فيها ودرامية هي سلوكيات كثيرا ما تتواجد عند أصحاب هذا المخطط.

(Kahalé, 2009, p.93)

5-4- المجال رقم (04): التوجه نحو الآخرين Orientation vers les autres

الأفراد الذين لديهم مخططات في هذا المجال يبالغون في التأكيد على احتياجات الآخرين، على حساب احتياجاتهم الخاصة. يفعلون ذلك من أجل الحصول على موافقتهم، أو الحفاظ على رابط عاطفي، أو تجنب الانتقام أو التخلي. عند التفاعل مع الآخرين، فإنهم يميلون إلى التركيز بشكل شبه حصري على استجابات الآخرين بدلاً من احتياجاتهم الخاصة. غالبا ليس لهم وعي بمشاعرهم ورغباته الشخصية، عندما كانوا أطفالًا لم يكن لديهم الحرية في اتباع ميولهم الطبيعية؛ وكبالغين، لا يشعرون بتحكم داخلي، بل بتحكم خارجي ويتبعون رغبات الآخرين؛ البيئة الأسرية التي ينتج عنها هذا المجال تعتمد في تربية أطفالها على التقبل المشروط « Acceptation conditionnelle » بمعنى إذا أراد الطفل الحصول

على الموافقة ورضا وحب والديه، فعليه أن يقلل من حاجاته الشخصية بشكل كبير؛ في مثل هذه العائلات، يولي الآباء أهمية أكبر لاحتياجاتهم ورغباتهم الشخصية – أو لوضعهم الاجتماعي – على حساب احتياجات طفلهم. **(Young et al, 2005, p.45)**

ويندرج تحت هذا المجال المخططات التالية:

أ- المخطط رقم (12): الخضوع Assujettissement

يتوافق مخطط الخضوع مع الرضوخ المفرط لسيطرة الآخرين لأنهم أجبروا أنفسهم على القيام بذلك، عادةً لتجنب الغضب أو الانتقام أو التخلي. ويظهر الخضوع في شكلين هما:

أ- خضوع الحاجات: تعني إلغاء الشخص لرغباته وتفضيلاته الخاصة.

ب-خضوع الانفعالات: تعني إلغاء الشخص لاستجاباته الانفعالية، خاصة الغضب.

حسب هذا المخطط، مشاعر وحاجات الشخص يدركهما كأنها بدون قيمة ولا أهمية؛ ويظهر هذا المخطط على شكل انقياد واضح أو رغبة قوية في إرضاء الغير؛ لكن المفحوص يظهر فرط الحساسية تجاه المواقف التي يشعر فيها بأنه "يعرض نفسه لها"؛ وغالبًا ما يكون هناك غضب مكبوت، مما يسبب أعراضًا مثل السلوك السلبي/العدواني، أو نوبات الغضب غير المنضبطة، أو الأعراض النفسوجسدية أو الانسحاب العاطفي. **(Jeffrey Young, 2005, p.46)**

ب-مخطط رقم (13): التضحية Abnégation

الأفراد الذين لديهم مخطط التضحية يهتمون بتلبية احتياجات الآخرين على حسابهم، يفعلون ذلك لتجنيب الآخرين الألم، أو لتجنب الشعور بالذنب تجاه أنانيتهم، أو لزيادة تقديرهم لذاتهم، أو للحفاظ على اتصال عاطفي مع شخص يعتبرونه لطيفًا. غالبًا ما ينتج هذا المخطط عن الحساسية المفرطة لمعاناة الآخرين. قد يشعر المريض بأن احتياجاته الخاصة لا يتم تلبيتها أبدًا، ويشعر بالاستياء تجاه من يعتني بهم. **(Young, 2005, p.46)**

ينتج هذا المخطط من التعاطف الكبير والحساسية المفرطة تجاه معاناة واحتياجات الآخرين، وهو قرار شخصي وإرادي، يتمثل في الرغبة في مساعدة الذين يراهم أكثر هشاشة. يمكن أن تؤدي هذه التضحية إلى ظهور أعراض جسدية لدى الفرد، إما بغرض جذب انتباه الآخرين إليه، خاصةً أولئك الذين لديهم مخطط النقص العاطفي، كما هو الحال عند معظم الأشخاص الذين يحملون مخطط التضحية، أو بسبب الضغط الذي يشعر به المرء في عطاءه للآخرين، هؤلاء الأشخاص يشعرون بالاستياء إذا لم يتم تقديرهم من المحيطين بهم. كما يكرس الفرد كل اهتمامه للاستماع للآخرين دون تخصيص الوقت الكافي لنفسه، أو قد يتجنب العلاقات الحميمة حتى لا يضحي بنفسه من اجل الآخرين، ويمكنه التعويض عن هذا المخطط باتخاذ قرار عدم فعل أي شيء للآخرين، الذين كانوا ناكرين للجميل.

(Kahalé, 2009, p.95)

ت- المخطط رقم (14): الحاجة إلى الاستحسان / الاعتراف بالجميل Recherche d'Approbation et de Reconnaissance

المشكلة الأساسية هي الحاجة المفرطة للاهتمام، والتقدير والموافقة من طرف الآخرين، على حساب تنمية شخصية قوية وغير مزيفة. يتشكل تقدير الذات في هذه الحالة من آراء ونظرة الآخرين له، وليس من آرائه وتقييماته الشخصية، وغالبًا ما يبالغ الفرد في التأكيد على أسلوب الحياة، المظاهر، المال، المنافسة أو النجاح – كونه الأفضل والأكثر شعبية – من أجل جذب الانتباه، الإعجاب أو الموافقة (هذا دون وجود نية مبدئية للاستيلاء على السلطة أو السيطرة). في كثير من الأحيان، سينتهي الأمر باتخاذ خيارات حياتية لن ترضيه. هؤلاء الأفراد شديدو الحساسية للرفض، أو يحسدون أولئك الذين عملوا أفضل منهم. **(Young et al, 2005, p.46)**

توجد فئتان من الأشخاص لديهم هذا المخطط، أولئك الذين يبحثون فقط عن الموافقة والحب والقبول من الآخرين؛ وأولئك الذين يبحثون عن اعتراف وإعجاب الآخرين بمظهرهم ومكانتهم ومدحهم مثل الحالات النرجسية.**(Kahalé, 2009, p.95)**

قد يكون هذا المخطط مرتبطًا بمخطط النقص العاطفي وربما يبدو أنه يعوض عن مخططات أخرى مثل عدم الاتقان والنقص العاطفي والعزلة الاجتماعية. هذا المخطط صحي في الموضوعات التي تتمتع بسمعة معينة وتحيط بها النجاحات.**(Kahalé, 2009, p.96)**

5-5- المجال رقم (05): اليقظة المفرطة والكف sur–vigilance et inhibition

في هذا المجال، يقوم الأفراد بقمع التعبير التلقائي عن مشاعرهم ودوافعهم؛ والمشكل الأساسي يكمن في التحكم المبالغ فيه في ردود الفعل، والمشاعر والاختيارات، لتجنب الأخطاء أو للحفاظ على القواعد الشخصية الصارمة فيما يخص التصرف والفعالية، وغالبا ما تكون في أشكال أخرى للحياة: المتعة، الترفيه، الأصدقاء، أو الاضرار بالصحة. أصل هذا المخطط هو طفولة دون فرح ومقيدة وصارمة، يسود فيها ضبط النفس وإنكار الذات على العفوية والسرور. هؤلاء الأطفال لم يتم تشجيعهم على اللعب والبحث عن السعادة، بل تعلموا أن يكونوا يقظين للغاية بشأن أحداث الحياة السلبية وأن ينظروا إلى الحياة على أنها كئيبة. في أسرة الطفل، يعد العمل، الواجب، الكمال، الطاعة، وإخفاء المشاعر وتجنب الأخطاء، له اعتبارات أهم بكثير من السعادة والفرح والاسترخاء. غالبًا ما يكون هؤلاء الأفراد متشائمين ومنشغلين، فهم يعتبرون أن كل شيء في حياتهم يمكن أن ينهار إذا لم يكونوا يقظين ومنتبهين دائمًا. **(Young et al, 2005, p.47)**

ويندرج ضمن هذا المجال أربع مخططات وهي:

أ- المخطط رقم (15) : السلبية/ التشاؤم Négativité/ Pessimisme

هذا المخطط يركز على الجوانب السلبية للحياة (على سبيل المثال، الألم، الموت، الخسارة، خيبة الأمل، الصراع، الخيانة، الشعور بالذنب، الاستياء، القضايا التي لم يتم حلها، والأخطاء المحتملة) ويقلل من الجوانب الإيجابية. إنه يتضمن بشكل عام توقع مبالغ فيه، في سياقات مختلفة (العمل، الوضع المالي، العلاقات الشخصية)، كل شيء يمكن أن يتحول إلى الأسوأ. هؤلاء الأفراد لديهم ميل مبالغ فيه لارتكاب الأخطاء ويخشون العواقب: الخراب، الإذلال، الخسارة، الموقف غير السار؛ ونظرًا لتضخيم الأحداث السلبية المحتملة، غالبًا ما يكون هؤلاء حريصين، قلقين، متشائمين، ساخطين وغير حاسمين.

(Young et al, 2005, p.47)

يخضع الفرد للمخطط عندما يلاحظ السلبية فقط ويتجاهل الإيجابي، وقد يتبنى التجنب عن طريق إخفاء مشاعره المتشائمة وحزن، وفي حالات نادرة قد يتبنى التعويض، ويكون مفرطًا في التفاؤل ويرفض قبول المواقف غير السارة. **(Kahalé, 2009, p.96)**

يمكن لهذا المخطط أن يشحن مخطط النقص العاطفي: يشكو صاحبه باستمرار من أجل جذب انتباه الآخرين والحصول على عاطفتهم، ويمكن أيضًا ربط هذا المخطط باضطراب الوسواس القهري أو اضطراب الاكتئاب. **(Kahalé, 2009, p.97)**

ب-مخطط رقم (16): التحكم المفرط في الانفعالات Surcontrole Emotionnel

يمارس هؤلاء الأفراد سيطرة مفرطة على ردود أفعالهم العفوية (الفعل، الشعور، الكلام)، وهـدفهم هو تجنب فقدان التحكم في دوافعهم أو انتقاص الآخرين. ويظهر هذا الافراط في التحكم كمايلي:

- كف الغضب والعدوانية.
- السيطرة على الاندفاعات الإيجابية (كالفرح، المشاعر، الرغبة الجنسية، المتعة).

- صعوبة التعرف على نقاط ضعفه أو التعبير بسهولة عن مشاعره أو احتياجاته.
- المبالغة في التركيز على المنطق مقارنة بالعواطف.

هؤلاء الأشخاص غالبًا ما يكونون مملين، صارمين، منعزلين، باردين. **(Young et al, 2005, p.48)**

بشكل عام، هم لا يحبون العلاقات الوثيقة والحميمة، بالأحرى منعزلون جدًا، باردون، جامدون، جادون وحادون. عقلهم يغلب على عواطفهم. غالبًا ما يتجنبون المواقف التي يشارك فيها الناس مشاعرهم. في طفولتهم، قد يكونوا عايشوا ردود فعل كالإذلال عند التعبير عن مشاعرهم، كما قد يكونوا نشأوا في ثقافة تدعو إلى ضبط النفس مثل(الثقافة الاسكندنافية). يمكن العثور على هذا المخطط عند الأشخاص الذين يعانون من اضطراب الوسواس القهري. **(Kahalé, 2009, p.97)**

ج- مخطط رقم (17): المتطلبات العالية/ المبالغة في النقد /Idéaux Exigeants Critique Excessive

يتضمن هذا المخطط الاعتقاد بأنه يجب على المرء الاحتفاظ بمستوى عالٍ جدا من الإتقان، بهدف تفادي الرفض أو الخجل. يؤدي هذا المطلب إلى توتر دائم وانتقاد دائم للذات وللآخرين. يعاني الفرد من تغيرات كبيرة في الجانب الصحي وتقدير الذات والعلاقات البينشخصية والاستمتاع والاسترخاء. ويُظهر هذا المخطط ما يلي:

أ- **الكمال:** يحتاج الفرد إلى القيام بالأشياء بشكل جيد، ويعلق أهمية مفرطة على التفاصيل ويسيء تقدير أداءه الشخصي.

ب- **قواعد صلبة:** أي عليه القيام بواجبه. تنطبق هذه القواعد في العديد من مجالات الحياة: الأخلاق والثقافة والدين.

ج- **انشغال مستمر بالوقت والفعالية:** أي يجب عليه دائما أن يفعل المزيد والأفضل.

(Young et al, 2005, p.48)

الأشخاص الذين لديهم هذا المخطط يرفضون أي تراجع أو فشل، إنهم دائمًا في عجلة من أمرهم لتحقيق أقصى استفادة من وقتهم لدرجة أنه يمكن أن ينتهي بهم الأمر إلى الانزعاج والإرهاق. إنهم يعملون باستمرار وبدقة وبشكل مكثف وتنافسي لكنهم لا يتمتعون بنجاحاتهم.

يمكن دمج هذا المخطط مع مخطط الحاجة الى الاستحسان والاعتراف بالجميل، ويمكن العثور على هذه المخططات في الشخص الذي لديه شخصية نرجسية، حيث يرتكز هذان النموذجان على مخططات النقص العاطفي وعدم الاتقان. **(Kahalé, 2009, p.98)**

ح- مخطط رقم (18): العقاب Punition

يميل هؤلاء الأشخاص إلى أن يكونوا غير متسامحين، وناقدين للغاية، وغير صبورين ويعاقبون أنفسهم والآخرين، إذا لم يصلوا إلى مستوى الكمال المطلوب. يجدون صعوبة في مسامحة الأخطاء أو العيوب في أنفسهم أو الآخرين، لأنهم غير قادرين على أخذ الظروف المخَفِفة للعقاب بعين الاعتبار، أو يفتقرون إلى التعاطف والمرونة أو غير قادرين على قبول وجهة نظر أخرى.

(Young et al, 2005, p.48)

يمكن أن يرتبط هذا المخطط بمخطط المتطلبات العالية ومخطط عدم الكفاءة. في هذه الحالة، لا يشعر المريض الذي لديه هذين المخططين بالنقص فحسب، بل يعاقب نفسه بنفس طريقة الشخصيات الحدية التي تقطع نفسها، تحرم نفسها من الطعام. **(Kahalé, 2009, p.99)**

بعد عرض المخططات المبكرة غير المتكيفة حسب مجالاتها، يلاحظ جليا مدى تأثيرها على سلوك الفرد وعلاقتها ببعض اضطرابات الشخصية والأمراض النفسية والسيكوسوماتية، إضافة لوجود علاقة واضحة مع الفعالية الذاتية فيما يخص مخططات (التبعية وعدم الكفاءة، نقص الحدود، المتطلبات العالية). تصنف المخططات تحت خمس معتقدات أساسية تسمى المجالات، لكن هذا التصنيف لا يمنع بعض المخططات التابعة لمجال معين أن تأثر أو تشحن مخططات في مجال آخر، هذا ما يدل على

وجود تماسك وتفاعل بينها. ويجدر الإشارة أيضا الى أن هناك مخططات تطورها متأخر، تكون مشروطة بوجود مخططات تتطور قبلها.

6- المخططات الشرطية والمخططات غير الشرطية

إن المخططات التي تطور مبكرا والأكثر تمركزا هي مخططات غير شرطية، أما المخططات التي تطور لاحقا هي مخططات شرطية. **(Young et al, 2005, p.49)**

المخططات غير الشرطية لا تترك أي أمل للمفحوص مهما فعل وستكون النتيجة واحدة، أي سيكون الفرد غير كفء، انصهاري، عاجز عن كسب حب الآخر، غير متكيف، معرض للخطر، سيء- ولا شيء يمكن أن يغيره. في المقابل، تأخذ المخططات الشرطية بعين الاعتبار إمكانية وجود أمل، حيث يصبح الفرد قادر على تعديل المآلات، عن طريق الخضوع، التضحية، التحكم الانفعالي والمتطلبات العالية، وقد يكون الفرد قادرًا على تجنب نتيجة سلبية، على الأقل مؤقتًا.

6-1- المخططات غير الشرطية:

من بين هذه المخططات ما يلي:

أ- الإهمال/ عدم الاستقرار

ب- الحذر/ التعدي

ت- الحرمان العاطفي

ث- عدم الاتقان/ الخجل

ج- الانعزال الاجتماعي

ح- التبعية/ عدم الكفاءة

خ- القابلية للانجراح

د- العلاقات الدمجية

ذ- الفشل

ر- السلبية/ التشاؤم

ز- العقاب

س- الحقوق الشخصية المبالغ فيها/ التعالي

ش- نقص التحكم الذاتي

1-6- المخططات الشرطية

المخططات الشرطية هي كالتالي:

أ- الخضوع.

ب- التضحية.

ت- البحث عن الاستحسان والاعتراف.

ث- التحكم الانفعالي المفرط.

ج- المتطلبات العالية / المبالغة في النقد.

غالبًا ما تمثل المخططات الشرطية محاولات المواجهة التي تم تطويرها من المخططات غير الشرطية. من هذه الزاوية، تعتبر المخططات الشرطية "ثانوية". وهنا بعض الأمثلة:

(Young et al, 2005, p.50)

- مخطط المتطلبات العالية ردا على مخطط عدم الكفاءة. اعتقاد الشخص هو: "إذا تمكنت من أن أكون مثاليًا، بعد مجهود معتبر سأكون محبوبا".
- مخطط الخضوع ردا على مخطط التخلي. اعتقاد الفرد هو: "إذا فعلت كل ما يريده الآخر دون اغضابه أبدًا، فسيبقى هذا الشخص معي".
- مخطط التضحية رداً على مخطط عدم الكفاءة. "إذا قمت بتلبية جميع احتياجات الشخص الآخر وتجاهلت احتياجاتي الخاصة، فسيقبلني هذا الشخص مع عيوبي، ولن أشعر بعد الآن بأنني غير قادر على أن أكون محبوبًا."

عادة ما يكون من المستحيل تلبية متطلبات المخططات الشرطية بشكل دائم؛ من الصعب، على سبيل المثال، إخضاع الذات تمامًا وعدم الغضب أبدًا. من الصعب تحقيق درجة كافية من التضحية بالنفس لتلبية جميع احتياجات الآخرين. يمكن أن تكون المخططات الشرطية على الأكثر كغرفة انتظار

للمخططات المركزية: الفرد مقدر له الفشل عن قريب، وبالتالي سيتعين عليه مواجهة واقع المخطط المركزي مرة أخرى. (لا يمكن ربط المخططات الشرطية بالمخططات المبكرة في النشوء. لأن هذه المخططات مشروطة بقدر ما إذا كان الطفل يقوم بما هو متوقع منه، ليتمكن من تجنب العواقب التي يخشى منها في كثير من الأحيان.). **(Young et al, 2005, p.51)**

بعد التعرف على المخططات وتصنيفاتها وكيف تعمل المخططات الشرطية الصادرة من المخططات غير الشرطية، والتي تعتمد في تطورها على الطريقة التي يتصرف بها الفرد في طفولته ليتمكن من التكيف مع محيطه. يظهر أيضا أن المخططات غير الشرطية أكثر صلابة من المخططات الشرطية، وهذا يعتمد على ما يسمى بالأساليب التكيفية غير الوظيفية.

7- أساليب التكيف غير الوظيفية التي تحافظ على صلابة المخططات

يطور الأفراد أساليب تكيف غير وظيفية في وقت مبكر من الحياة تسمح لهم بالتكيف مع مخططاتهم من أجل تجنب المشاعر الشديدة التي لا تطاق الناتجة عنها. على الرغم من أن هذه الأساليب تساعد الفرد على تجنب المخطط، إلا أنها لا تعالجه: جميع أساليب المواجهة المختلة هي جزء من عملية حفظ المخطط. السلوك الناتج عن الفرد ليس جزءًا من المخطط، إنه جزء من الأسلوب التكيفي، المخطط يوجه السلوك. ولأن كل فرد يستخدم أساليب تكيف مختلفة في مواقف مختلفة في فترات مختلفة من حياته للتكيف مع نفس المخطط. لذلك فإن أساليب التكيف، لمخطط معين وفرد معين، ليست بالضرورة مستقرة بمرور الوقت، في حين أن المخطط نفسه لن يتغير.

إن تنشيط المخططات يمثل تهديدًا – ذلك من إحباط الحاجات العاطفية الأساسية وتلك المصاحبة للانفعال– يستجيب له الفرد بأسلوب التكيف. هذه الاستراتيجيات عادة ما تكون متكيفة أثناء الطفولة ويمكن اعتبارها آليات طبيعية. لكنها تصبح غير قادرة على التكيف مع نمو الطفل لأن هذه الأساليب

تستمر في الحفاظ على المخطط حتى عندما تتغير الظروف وتتوافر فرص أخرى. في النهاية تبقي الاستراتيجيات المختلة الفرد محاصرًا في مخططه. **(young et al, 2005, p.62)**

وفقًا لفرضية **يونغ وزملائه Young et al (2005)**، فإن المزاج الانفعالي هو أحد العوامل الرئيسية التي تحدد اختيار الفرد لأساليب التكيف، ومن المحتمل أن يلعب المزاج دورًا أكثر أهمية في تحديد هذه الأساليب لدى الفرد أكثر من تلك الموجودة في المخططات. الأشخاص الذين لديهم، على سبيل المثال، مزاج سلبي سيكونون أكثر خضوعًا أو تجنبًا، في حين أولئك الذين لديهم مزاج عدواني هم أكثر عرضة للتعويض. يمكن أيضًا تفسير اتجاه فرد ما نحو أسلوب تكيف معين من خلال الاستدخال الانتقائي أو النمذجة: غالبًا ما يقلد الأطفال السلوك التكيفي لأحد الوالدين الذين من خلاله يتحدد أسلوبه.

(young et al, 2005, p.66)

وعليه يوجد ثلاثة أساليب تفسر كيفية محافظة الفرد على صلابة مخططاته وهي كالتالي:

1-7- أسلوب الخضوع للمخطط

عندما يخضع الفرد لمخطط ما، فإنه يستسلم له، لا يحاول تجنبه أو مقاومته، بل يتقبله وكأنه حقيقة، وله شعور مباشر بألم عاطفي مرتبط بالمخطط، كما تكون طريقة تصرفه تؤكد هذا المخطط. هو لا يدرك ما يفعله، ويكرر سيناريوهات الحياة التي يمليها عليه، وكبالغ يسترجع تجارب الطفولة التي خلقت هذا المخطط. عندما يواجه محفزات المخطط، تكون استجاباته الانفعالية غير متناسبة ويختبر انفعالاته بشكل كامل وواعي. ومن الناحية السلوكية، يختار المفحوص الشركاء والأصدقاء الذين يسيئون معاملته مثلما كانت مع والديه. بعد ذلك، يتصرف مع شركائه بطريقة سلبية للغاية وغير ملائمة من شأنها أن تساعد في الحفاظ على المخطط. **(young et all, 2005, p.63)**. كما يوفر هذا الأسلوب للشخص الإحساس بالهوية ويعطيه احساس بالأمان، فالمخطط في نشاط مباشر لأنه يسمح للشخص بالعثور على سياقه المألوف. **(Bouvard, 2009, p.293)**

7-2- أسلوب تجنب المخطط

يحاول الأفراد الذين يستخدمون التجنب كأسلوب للتكيف تسيير حياتهم بحيث لا ينشطون المخطط أبدا. ويحاولون أيضا العيش مع المخطط دون أن يكونوا واعين به، وكأنه غير موجود ويتجنبون التفكير فيه. أي يحجبون الأفكار والصور التي من المحتمل أن تنشط المخطط: عندما تشكل هذه الأفكار أو الصور تهديدا، فإنهم يطردونها من عقولهم ويسعون إلى الهاء أنفسهم. ويتجنبون الشعور بالمخطط، فعندما تظهر المشاعر على السطح، فإنهم يدفعونها بعيدًا تلقائيًا. قد يفرطون في الشرب، أو يتعاطون المخدرات، أو يكون لديهم اضطراب في الحياة الجنسية، أو يتناولون الطعام بنهم، أو يغتسلون بشكل قهري، أو يبحثون بشكل قهري عن الإثارة أو يصبحون مدمنين على العمل. عادة ما يتجنبون المواقف التي قد تنشط المخطط، مثل العلاقات الحميمة أو التحديات المهنية، ويتجنبون مجالات الحياة التي يشعرون فيها بالضعف. غالبًا ما يتجنبون الانخراط في العلاج؛ إنهم "ينسون" إكمال المهام الموكلة إليهم، أو يتراجعون عن التعبير عن المشاعر، أو يثيرون القضايا السطحية فقط، أو يتأخرّون عن الجلسات، أو ينهون العلاج قبل الأوان. **(young et al ,2005, p.64)**

ونميز هنا نوعين من التجنب:

أ- **التجنب العاطفي:** يشعر الفرد بفراغ عاطفي ولا يستطيع التعبير عن الغضب، الحزن أو القلق.

ب- **التجنب السلوكي:** يلاحظ عندما يتجنب الفرد الوضعيات القابلة لتنشيط المخطط، مثلا في حالة التجنب الاجتماعي الشخص يتجنب وضعيات التنافس.

(Cottraux et Blackburn, 1995, p.79)

3-7- أسلوب تعويض المخطط

عندما يعوض الأفراد، فإنهم يقاتلون مخططهم من خلال الأفكار والعواطف والسلوكيات والأساليب العلائقية التي تتناسب مع نقيض المخطط. ويسعون جاهدين ليكونوا مختلفين قدر الإمكان عما كانوا عليه في طفولتهم عند إنشاء المخطط. فإذا كانوا يعتبرون أنفسهم عديمي القيمة عندما كانوا أطفالًا، فإنهم يحاولون كبالغين أن يكونوا مثاليين. إذا كانوا مطيعين، فإنهم يصبحون متمردين. إذا كانوا أطفالًا خاضعين للسيطرة، فسيبدأون في السيطرة على الآخرين أو رفض أي شكل من أشكال التأثير. إذا تعرضوا لسوء المعاملة، فإنهم يسيئون معاملة الآخرين. لمواجهة مخططهم، قاموا بالهجوم المضاد. على السطح يبدوا أنهم واثقون، لكنهم يشعرون في أعماقهم بثقل المخطط الذي يهدد بالظهور.

(Young et al, 2005, p.64)

هذه الآلية صحية مادام يحترم مشاعر الآخرين، ويصبح غير صحي عندما يسعى الفرد لإظهار نفسه على أنه مثالي ومتفوق وفريد ومعصوم من الخطأ، ويخفي أخطائه، ولا يدرك أفعاله المؤذية والمذلة، كما هو الحال مع الأشخاص النرجسيين. **(Kahalé, 2009, p.102)**

يمكن اعتبار التعويض محاولة صحية نسبيًا لمحاربة المخطط، لكنها للأسف تتجاوز هذا الهدف، مما يساعد في الحفاظ على المخطط بدلاً من علاجه. يبدو أن العديد من المعوضين يتمتعون بصحة جيدة. في الواقع، من بين أكثر الأشخاص إثارة للإعجاب في مجتمعنا –نجوم الإعلام، والقادة السياسيون، ورجال الأعمال– العديد منهم يعوضون. **(young et al ,2005, p.65)**

الجدول الموالي يعطي أمثلة عن الأساليب التكيفية غير الوظيفية التي يستعملها الأفراد لكل مخطط، فمرة يخضعون ومرة يتجنبون ومرة يعوّضون.

الجدول رقم (2): أمثلة عن استجابات التكيف غير الوظيفية

المخطط	أمثلة استجابة الخضوع	أمثلة استجابة التجنب	أمثلة استجابة التعويض
الإهمال/ عدم الاستقرار	يختار الأصدقاء الذين لا يستطيعون الالتزام في العلاقة، ولا يستطيعون الاستمرار فيها.	تجنب العلاقات الحميمية خوفا من التخلي عنه.	يظل ملازما لشريكه الذي "يخنقه" لدرجة ابعاده؛ يقوم بردود فعل عنيفة على شريكه بسبب الانفصال حتى لفترة قصيرة.
الحذر/ التعدي	يختار الشركاء الذين يسيئون معاملته ويسمح لهم بمثل هذه المعاملة.	يتجنب أن يكون في وضعية ضعف والثقة في الآخرين، ويكتم أسراره.	يستخدم الآخرين ويسيء معاملتهم (أستغلهم قبل أن يستغلوني).
الحرمان العاطفي	يختار الأصدقاء الذين يمدونه بالقليل من العطف والحنان، ولا يطلب منهم اشباع حاجاته.	يتجنب جميع العلاقات الحميمية.	يكون جد متطلب عاطفيا تجاه أصدقائه المقربين وشركائه.
عدم الإتقان / الشعور بالعار	يختار الأصدقاء الذين ينتقدونه ويرفضونه.	تجنب التعبير عن أفكاره ومشاعره الحقيقية، ويتجنب جعل الآخرين يقتربون منه.	ينتقد ويرفض الآخرين، وفي نفس الوقت يحاول أن يصبح مثاليا.
الانعزال الاجتماعي	يلاحظ حصريا في الجماعة أوجه الاختلاف بدلا عن أوجه التشابه.	تجنب الوضعيات الاجتماعية والجماعات.	يتلون مثل الحرباء ليتكيف مع المجموعات.
التبعية / عدم الكفاءة	يطلب من أقاربه (الوالدين، الزوج) اتخاذ قرارات في الجانب المالي بدلا عنه.	تجنب الوضعيات الجديدة، مثل: تعلم السياقة.	يطور ثقة زائدة في نفسه لدرجة عدم الاعتماد على أحد، الاستغناء المفرط.

الخوف من الخطر أو المرض	يقرأ الجرائد بطريقة وسواسية بحثا عن الكوارث، ويتوقعها في الوضعيات اليومية.	يتجنب الأماكن التي تبدوا على أنها غير آمنة تماما.	يتصرف بطريقة لا مبالية دون اعتبار للخطر.
العلاقة الدمجية	يحكي كل شيء لأمه، حتى وهو راشد، يعيش مندمجا مع شريكه.	يتجنب الحميمية، ويبقى مستقلا.	يبحث أن يكون نقيض ما هو عليه أقاربه.
الفشل	ينجز أعماله قسرا، او بطريقة عشوائية.	يتجنب كليا التحديات المهنية، يؤجل الأعمال.	يصبح رئيسا خارقاً من خلال التحكم في نفسه باستمرار.
الحقوق الشخصية المبالغ فيها / العظمة.	يدفع الآخرين لفعل ما يريد حتى بالتهديد، يدعي نجاحاته.	يتجنب الوضعيات التي لا يشعر فيها بالتفوق.	يبدي اهتمام شديد لحاجات الآخرين.
نقص التحكم الذاتي	يتخلى بسهولة عن الأعمال اليومية.	يتجنب ممارسة أو قبول المسؤوليات.	يصبح مفرط في التحكم الذاتي أو الانضباط الشخصي.
الخضوع	يترك الآخرين يتحكمون في الوضعية ويقررون.	يتجنب الوضعيات التي قد تضعه في صراع مع الآخرين.	متمرد على السلطة.
التضحية	يعطي الكثير للآخرين دون مقابل.	يتجنب وضعيات العطاء أو الأخذ.	يعطي أقل ما يمكن للآخرين.
البحث عن الاستحسان والاعتراف	يتصرف لإعطاء انطباع جيد أمام الآخرين.	يتجنب الناس الذين يبحثون عن الموافقة والاستحسان.	يتصرف بطريقة مختلفة عن الآخرين ليستثير استنكارهم، ويبقى على مسافة.
السلبية/ التشاؤم	يلاحظ السلبي، ويتجاهل الإيجابي، وهذا ما يشغله باستمرار. يبذل قصارى جهده لتجنب العواقب السلبية المحتملة.	يتناول الكحول لإخفاء مشاعر التشاؤم والحزن.	يفرط في التفاؤل، ورفض تقبل الأحداث غير السارة.

التحكم الانفعالي المفرط	يجعل نفسه يبدو هادئًا ومملًا عاطفياً.	يتجنب الوضعيات التي يشارك ويعبر فيها الناس عن انفعالاتهم.	يحاول التعبير بصعوبة، حتى لو كان بصفة ملزمة ومصطنعة.
المتطلبات العالية/ المبالغة في النقد	يمضي الكثير من الوقت في محاولة أن يكون مثاليا.	يتجنب ويماطل في المواقف والمهام التي يتم فيها الحكم على الأداء.	لا يهتم بأي معيار، وينجز المهام على عجل وبلا مبالاة.
العقاب	يعامل نفسه والآخرون بقسوة، وبطريقة عقابية.	يتجنب الآخرين خوفا من العقاب.	يعفو بتساهل شديد.

(young et al ,2005, pp.67-69)

إن أساليب التكيف غير الوظيفية والمخططات المبكرة غير المتكيفة تشترك من حيث مصدر نشوؤها كالمزاج والمعاملة الوالدية. ويلاحظ أيضا أن المخططات تتحرك من خلال الأساليب التكيفية التي عادة ما يتم تنشيطها دون وعي وتكون طبيعية أثناء الطفولة، وتصبح غير وظيفية عندما تستمر لأنها تعزز المخطط وتحافظ عليه. بعد الاطلاع على هذه الأساليب وعلاقتها مع المخططات يضيف صاحب النظرية مفهوما جديدا كنوع آخر من الاستجابات الانفعالية والسلوكية معا تحت مسمى الأنماط.

8- أنماط المخططات

هي حالات انفعالية واستجابات تكيفية لحظية -مكيفة أو مختلة- يختبرها الجميع، غالبا ما يتم تنشيطها من خلال أحداث الحياة التي يشعر الفرد بحساسية خاصة اتجاهها. في أي وقت من الأوقات، تكون بعض المخططات واساليب التكيف والحالات الانفعالية غير نشطة أو نائمة، بينما يتم تنشيط البعض الآخر من خلال أحداث الحياة وتوجيه الحالة الانفعالية والسلوكية في هذه اللحظة بالذات. مع مرور الوقت، يمر كل واحد منا ("تحول") من نمط إلى آخر، لذلك يجيب النمط على السؤال التالي: "في هذا الوقت، ما هي مجموعة المخططات والاستجابات التكيفية التي يظهرها الفرد؟" يمكن أن يُعَشِق

(Emrayer) الفرد من نمط مخطط مختل إلى آخر؛ عندما تحدث هذه العملية، ينتج عنها تنشيط لمخططات مختلفة أو اساليب تكيفية مختلفة، والتي كانت نائمة سابقًا.

(young et al ,2005, p.71).

وهناك عشرة أنماط للمخططات، يمكن تقسيمها إلى أربع مجموعات وهي: أنماط الطفل، أنماط أساليب التكيف غير الوظيفية، أنماط الوالد المختل، ونمط الراشد السليم. بعض الأنماط طبيعية لفرد معين بينما البعض الآخر غير وظيفي.

1-8- أنماط الطفل

تعتبر أنماط الطفل عالمية وفطرية، يولد جميع الأطفال ولهم القدرة على اظهارها، وتندرج تحتها أربع أنماط فرعية كما هي موضحة في الجدول أدناه مع ذكر المخططات المرتبطة بها:

الجدول رقم (3): أنماط الطفل

الأنماط	تعريف	المخططات الأساسية المرتبطة بالنمط
الطفل الهش	يشعر بانفعالات مزعجة أو قلق، خاصة الحزن، الخوف والعجز، عندما تنشط المخططات المرتبطة به.	الإهمال، الحذر/ التعدي، الحرمان العاطفي، الانعزال الاجتماعي، التبعية/ عدم الكفاءة، الخوف من الخطر/ المرض، العلاقات الاندماجية، التشاؤم.
الطفل الغضوب	يغضب على الفور استجابة لإدراكه أن حاجاته العاطفية لم تشبع، أو لسوء معاملة لها علاقته مع مخططاته المركزية.	الإهمال، الحذر/ التعدي، الحرمان العاطفي، الخضوع، (ويمكن أن تكون جميع المخططات المرتبطة بنمط الطفل الهش).
الطفل المندفع غير المنضبط	يتصرف باندفاعية، وفقا لرغباته الآنية في الاستمتاع، دون مراعات لحدود واحتياجات أو مشاعر الآخرين (لا تتعلق بالاحتياجات الأساسية)	الحقوق الشخصية المبالغ فيها، نقص التحكم الذاتي.
الطفل السعيد	يشعر بالحب ، والتواصل مع الآخرين ، والرضا.	لا يوجد أي مخطط نشط.

(Young et al, 2005, p.346)

من خلال الجدول السابق، يلاحظ أن أنماط الطفل تتمثل فيما يلي:

أ- **الطفل الهش:** هذا النمط يمثل معظم المخططات المركزية: الطفل المتخلى عنه، الطفل المعتدى عليه، الطفل المحروم عاطفيا أو الطفل المرفوض.

ب- الطفل الغضوب: هي الفترة التي يغضب فيها لعدم إشباع حاجاته الانفعالية (أو الجسدية) الأساسية، حيث يتصرف بغضب دون التفكير في العواقب.

ت- الطفل المندفع غير المنضبط: يعبر عن انفعالاته ويتصرف حسب رغباته، يتبع ميوله الطبيعية الآنية، دون الاهتمام بالعواقب على نفسه وعلى الآخرين. **(Young et al ,2005, p.76)**

ث- الطفل السعيد: يشعر الطفل السعيد بالحب والرضا، ولا يرتبط هذا النمط بأي مخطط مبكر غير متكيف بسبب اشباع احتياجات الطفل الأساسية بشكل مناسب. يمثل نمط الطفل السعيد الظرف الصحي لغياب تنشيط أي مخطط. **(Young et al, 2005, p.347)**

2-8- أنماط أساليب التكيف غير الوظيفية

تضم ثلاث أنماط من الأساليب التكيفية، وهي موضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (4): أنماط أساليب التكيف غير الوظيفية:

النمط	التعريف
الخاضع المطيع	يتبنى أسلوب الطاعة والاعتماد.
المتباعد الحامي	يتبنى أسلوب الانسحاب الانفعالي، والتجنب السلوكي، والانقطاع عن الآخرين.
المعوض	يتبنى أسلوب الهجوم المضاد والتحكم، قد يعوض بأساليب شبه تكيفية مثل العمل المفرط.

(Young et al, 2005, p.348)

من خلال **الجدول رقم (4)**، يلاحظ مايلي:

أ- النمط الخاضع المطيع: يخضع للمخطط، ويلعب دور الطفل السلبي العاجز الذي يجب أن يخضع للآخرين.

ب- النمط المتباعد الحامي: ينسحب نفسيا من الألم الذي يسببه المخطط، حيث يبتعد عن انفعالاته، وينخرط بشكل مفرط في الأنشطة التي تهدئه أو تحفزه (تعاطي المخدرات، الإثارة الذاتية)؛ يتجنب الآخرين، وبشكل عام يمارس أشكالًا مختلفة من التجنب.

ت- النمط المعوّض: إنه يحارب مخططه كما لو كان يثبت عكس ذلك، إما عن طريق إساءة معاملة الآخرين أو بالتصرف بطريقة متطرفة، ولكن يتبين في النهاية أنها غير مناسبة للغاية.

(Young et al, 2005, p.76)

3-8- أنماط الوالد المختل

ويتضمن نمطين كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (5): أنماط الوالد المختل

النمط	التعريف	المخطط المرتبط به
الوالد المعاقب	يقيد، ينتقد أو يعاقب (نفسه أو الآخرين)	الخضوع، العقاب، عدم الكمال، الحذر/ التعدي
الوالد الملزم	يضع توقعات عالية للآخرين ومستوى عالٍ من المسؤولية.	المتطلبات العالية، التضحية.

(Young et al, 2005, p.350)

من الجدول رقم (5) يلاحظ أن:

أ- **نمط الوالد المعاقب:** وظيفة هذا النمط هي معاقبة الفرد لارتكابه خطأً ما، مثل التعبير عن مشاعره أو إظهار احتياجاته. يمثل هذا النمط تقمصا لأحد الوالدين الذين يتصرفون بغضب أو كراهية أو اشمئزاز أو إساءة أو قهر تجاه الفرد عندما كان طفلاً. تتمظهر في كراهية الذات، والنقد الذاتي، وإنكار الذات، وإيذائها، والنوايا الانتحارية، والسلوكيات المدمرة للذات. في هذا النمط، يصبح الفرد أبًا معقباً ورافضًا. يصبح غاضباً من نفسه، ويلومها لأن لديه، احتياجات طبيعية لم يسمح له والداه بالتعبير عنها. ويحدث نفسه بطريقة قاسية، ويصف نفسه بالسيء أو المشاغب أو القذر.

(Young et al, 2005, p.388)

ب- **نمط الوالد الملزم:** يضغط الوالد المتطلب على الطفل لتحقيق أهداف أبوية غير واقعية لأنها عالية جدًا. يشعر الفرد أن الطريقة "الصحيحة" هي الكمال وأن الطريقة "الخاطئة" يتم تمثيلها بقابلية الخطأ أو العفوية. غالبًا ما تكون المخططات المرتبطة به هي المتطلبات العالية أو التضحية. هذا النمط شائع جدًا في اضطرابات الشخصية النرجسية والوسواس القهري. ينتقل المفحوص إلى نمط الوالد الملزم ويضع فيه معايير عالية لنفسه ويهدف إلى تحقيقها. ومع ذلك، فإن الوالد الذي يطلب ذلك ليس بالضرورة عقابيًا: فهو يتوقع الكثير، لكنه لا يوبخ أو يعاقب. في كثير من الأحيان، يتعرف الطفل على خيبة أمل الوالدين ويشعر بالخجل. يستخدم معظم الأفراد نمطًا مشتركًا من الوالد الملزم والمعاقب، حيث يضعون معايير عالية لأنفسهم من ناحية، ومن ناحية أخرى يعاقبون أنفسهم عندما يفشلون في تحقيق هدفهم.

(Young et al, 2005, p.350)

4-8- نمط الراشد السوي

هذا النمط هو الجانب الصحي الناضج من الشخصية الذي يخدم الوظائف " التنفيذية " مقارنة بالأنماط الأخرى. يساعد الراشد السوي الطفل على تلبية احتياجاته العاطفية الأساسية. الهدف النهائي من

العمل على الأنماط هو بناء وتقوية الراشد السوي للمفحوص من أجل العمل بشكل أكثر فعالية مع الأنماط الأخرى.

معظم الراشدين لديهم هذا النمط، ولكن هناك اختلافات كبيرة في فعاليته. فالأصحاء منهم الذين يملكون أداء عقلي عال، يتمتعون بنمط راشد سوي قوي جدًا؛ أما الذين يعانون من اضطرابات أكثر حدة عادة ما يكون هذا النمط عندهم أضعف.

يقوم هذا النمط بالوظائف التالية:

أ- تربية، ودعم وحماية الطفل الهش.

ب- وضع حدود للطفل الغضوب والمندفع/غير المنضبط، وفق مبادئ التعاملات المتبادلة والانضباط الذاتي.

ت- ضبط أنماط أساليب التكيف غير الوظيفية، وأنماط الوالد المختلة.

(Young et al, 2005, p.351)

يلاحظ مما سبق أن الأنماط كعنصر أخير في هذا الفصل قد جمعت العديد من المكونات الأساسية لهذه النظرية، من مخططات وأساليب تكيفية كاستجابة انفعالية سلوكية لحظية تمثل من جهة، الجانب السوي أو المختل للفرد، ومن جهة أخرى تُظهِرُ ما عايشه في طفولته وما استدخله من المعاملات الوالدية وحتى الأساليب التكيفية في قوالب متنوعة (أنماط الطفل، أنماط أساليب التكيف، أنماط الوالد المختل، نمط الراشد السوي)، يمكن أن تنتقل من نمط لآخر حسب نوع المثير الذي ينشط مخططات الفرد وأساليبه التكيفة. كل هذا يساعد في فهم المخططات المبكرة غير المتكيفة وكيف يمكن لهذه الاستجابات السلوكية والانفعالية أن تؤثر على فعالية الفرد.

خلاصة الفصل

بعد الاطلاع على هذا النموذج النظري، يمكن القول أن المخططات المبكرة غير المتكيفة تعمل كنسق موحد لا يمكن فهمه إلا من خلال دراسة أجزائه في علاقتها ببعضها البعض وفي علاقتها بالهدف العام من وجوده وهو الكفاح من أجل البقاء؛ هذا النموذج النسقي يتكون من مخططات تشكلت منذ الطفولة في محيط يساعده على نموه، كالحاجيات العاطفية الأساسية والخبرات المبكرة ونوع المزاج الانفعالي، ومع مرور الوقت تظهر أجزاء اخرى متأخرة تساعد على حمايته بطريقة لاشعورية مثل المخططات الشرطية التي تؤجل نشاط المخططات غير الشرطية، هذا بالنسبة لعلاقة المخططات ببعضها البعض، أما بالنسبة لعلاقتها بالأساليب التكيفية غير الوظيفية فهي تعزز المخطط وتحافظ عليه أيضا، أما الأنماط فهي تمثل المخططات عن طريق الاستجابات الانفعالية والسلوكية اللحظية التي تُظهِرُ ما عايشه في طفولته وما استدخله من المعاملات الوالدية والأساليب التكيفية سواء كانت سوية أو مختلة؛ يمكن لهذه الأنماط أن تتغير بسرعة على حسب أحداث الحياة والمواقف التي يكون الفرد حساس اتجاهها، وعليه يستنتج أن المثيرات المستفزة للمخططات تحدث معالجة نفسية داخلية تعطي استجابة تكيفية أو غير تكيفية، تنعكس على أداء الفرد و فاعليته الذاتية في مختلف مجالات الحياة.

الفصل الثاني:

فعالية الذات

تمهيد:

إن مفهوم السببية والقدرة على التصرف التي يكتسبها الفرد منذ طفولته، تجعل من الفعالية الذاتية ترياقا للشعور بالعجز الذي يمكن أن يطغى على الفرد المعاصر في مواجهة تعقيدات العالم اليوم، فإذا شعر أنه لا يستطيع تحقيق النتائج، فلن يحاول تحقيقها، لذلك يشير صاحب النظرية **ألبرت باندورا Albert Bandura** الى الأهمية الكبرى للفعالية الذاتية في مجتمع غير مستقر وسريع التغير وغير قابل للتنبؤ بشكل متزايد؛ وتجدر الإشارة الى أن التعاريف الخاصة بهذا المفهوم تعددت لكنها لا تكفي وحدها لإزالة اللبس وإيضاح المعنى إلا من خلال عرض بعض المفاهيم التي تقترب منه، إضافة الى ضرورة معرفة المصادر التي كانت سببا في وجودها عند أفراد وغيابها عند آخرين، فهي تؤثر على مسارهم، من حيث كمية الجهد والمثابة والمرونة التي يبدونها، أو الاجهاد والاكتئاب الناتج عن المعيقات التي يواجهونها؛ هذا التأثير يشمل عدة مجالات تظهر مدى سعة وتنوع الفعالية. لذلك لابد من تبيان النماذج النظرية التي تفسر عمل الفعالية الذاتية، إضافة لنظم الاعتقاد ودور التوقعات التي تشكل أساس الدافع والعمل، ويلاحظ أيضا أنها جزء من العوامل المؤثرة على الفعالية، كالتأثيرات الشخصية والسلوكية والبيئية، هذه الأخيرة تستمد من محيط الفرد خاصة البيئة الأسرية التي نشأ فيها. إن أهم ما يمكن الختام به هو الانتقال من الكيف النظري الى الكم التطبيقي عن طريق أبعاد الفعالية الذاتية.

1-مفهوم فعالية الذات

ان مفهوم فعالية الذات من الجانب اللغوي مكون من كلمتين:

- **الفعالية:** هي القدرة على احداث أثر قوي وهي مصدر صناعي من فعال.

(جبران ، 2003، ص.655)

- **الذات في اللغة:** ذات الشيء نفس الشيء عينه وجوهره فهذه الكلمة لغويا مرادفة لكلمة النفس.**(ابن منظور، 1988، ص.13)**

هذا من الجانب اللغوي أما من الجانب الاصطلاحي فقد تم ادراجه اول مرة على يد **ألبرت باندورا Bandura Albert (1977)**، والذي تلاه تنوع كبير في تعريف هذا المصطلح من طرف العديد من العلماء والباحثين.

2- تعريف فعالية الذات

لقد حاز هذا المفهوم على اهتمام الكثير من الباحثين لذلك توجد العديد من التعاريف المقترحة من طرفهم والتي ارتأى الباحث أن يختار أهمها بحيث يتفادى المتشابه منها لإثراء الفهم العام لفعالية الذات.

حيث عرف **باندورا Bandura** فعالية الذات بأنها: "مجموعة الأحكام الصادرة عن الفرد، والتي تعبر عن معتقداته حول قدرته على القيام بسلوكات معينة ومرونته في التعامل مع المواقف الصعبة والمعقدة، وتحدي العقبات، ومدى مثابرته لإنجاز المهام المكلف بها". **(Bandura, 1977, p.192)**

أما **سايرز Sayers 1987**: "أن فعالية الذات على أنها مجموعة من التوقعات العامة التي يمتلكها الشخص، والتي تقوم على الخبرة الماضية، وتؤثر في توقعات النجاح في المواقف الجديدة."

(Sayers, 1987, p.17)

ويعرفها **باندورا و وود Bandura & Wood 1989** أيضا:" بأنها الثقة في قدرات الفرد على شحذ الدافع والمصادر الإدراكية كسلسلة منتظمة من الأحداث المطلوبة لمقابلة متطلبات الموقف."

(Bandura et Wood, 1989, p.805)

ويضيف **باندورا Bandura (1994)** أنها: معتقدات الأفراد حول إمكانيتهم لإنتاج مستويات معينة من الأداء والتي تمارس تأثيرا في حياتهم. **(Hornich, 2008, p.2)**

والملاحظ أن هذا التعريف استمر في التطور من طرف **باندورا Bandura (2000)** مرة بعد مرة ليصير كونه اعتقاد راسخ في القدرة على تنظيم وإدارة الإمكانيات الخاصة والمواهب الشخصية والفرص الموقفية وتثبيت شعورهم بالرضا عن عملهم وانجازهم لممارستهم العملية والتي تهدف لتعزيز الرفاه والعافية النفسية. **(Bandura, 2000, pp.75-78)**

ويعتبر كل من **باندورا و ساكس Bandura & Saks** الفعالية الذاتية أنها عبارة عن سياق من التقييم الذاتي حول الكفاءات الشخصية في ظرف ما يمكن أن يفعله الفرد بالإمكانيات التي يمتلكها، وليس الحكم على القدرات بحد ذاتها.**(Desmeete et Jaminon, 2001, p.220)**

أما **مادوكس Maddux (2002)** فقد عرف الفعالية الذاتية بأنها: روح العزم والاصرار النابع من إرادة الإنجاز، والايمان بالقدرة عليه: "إنها ما أعتقد أن باستطاعتي القيام به من خلال مهاراتي ضمن شروط معينة". **(Maddux, 2002, p.220)**

والفعالية الذاتية أيضا هي اعتقاد الفرد حول قدرته على تنظيم وتنفيذ أعمال معينة ويؤثر هذا الاعتقاد في التوقعات، الاختيارات، الإصرار، المثابرة، والشعور بالمسؤولية أمام الأعمال المعقدة، التي تساهم في نموه وتطوره. **(Bandura, 2006, p.307)**

تعد الفعالية الذاتية من أهم ميكانيزمات القوى الشخصية لدى الأفراد، حيث تمثل مركزا هاما في دافعية الأفراد للقيام بأي عمل أو نشاط إذ تساعد الفرد على مواجهته للضغوط التي تعترضه في مراحل حياته المختلفة. **(جولتان الحجازي، 2013، ص.420)**

كما أن فعالية الذات هي إدراك الفرد لقدرته الشخصية في التعامل بكفاءة ومسؤولية مع مختلف المواقف الاجتماعية والحياتية، ويمكن تعميمها من مجال إلى آخر حسب خبرة الشخص جراء تعامله مع المواقف السابقة. **(ولاء يوسف، 2016، ص.27)**

مما سبق وبالنظر لنقاط الاشتراك بين التعاريف يمكن القول أن الفعالية الذاتية بشكل عام تتلخص في جانبين أساسيين هما الإرادة والقدرة، هذين الكلمتين تشكل الفعالية الذاتية التي تمثل الإرادة فيها روح العزم والإصرار والمثابرة التي تدفع و توجه الأفراد وغالبا ما تجيب عن سؤال لماذا أفعل؟ أما القدرة فتمثل تنظيم و ادارة الإمكانيات والمهارات التي يتمتع بها الفرد مع التنفيذ على أرض الواقع وهي غالبا ما تجيب عن سؤال كيف أفعل؟ هكذا تكون الفعالية الذاتية أكثر وضوحا لكنها قد تتداخل مع بعض المفاهيم الأخرى، ولابد من اظهار الفرق ليتجلى الفهم الصحيح للقارئ.

3- علاقة فعالية الذات ببعض المفاهيم

من الطبيعي أن الفعالية الذاتية قد تتداخل مع مفاهيم أخرى، لذلك لابد من اظهار تلك العلاقة ليكتمل الفهم ويخلو مما يشوبه من تشابه بين المفاهيم المختلفة.

3-1- مفهوم الذات

مفهوم الذات والنظرة المركبة للذات التي يُعتقد أنها تتشكل من التجربة المباشرة للفرد والتقييمات التي أجراها الأشخاص المهمون بالنسبة له. يتم قياسه من خلال مطالبة الأشخاص بتقييم مدى تطبيق أوصاف معينة لسمات مختلفة عليهم، ويتم تقييم دورهم في الأداء الشخصي من خلال ربط المفاهيم

الذاتية المركبة، أو التباينات بين الذات المثالية والفعلية، بمؤشرات مختلفة من الملاءمة والمواقف والسلوكيات.**(Bandura, 2003, P.23)**

يميز **باغارز و ميلر Pagares et Miller (1994)** بين فعالية الذات ومفهوم الذات، بأن فعالية الذات هي تقييم محدد السياق للقدرة على أداء مهمة محددة و الحكم على إمكانات الفرد على أداء سلوكات محدودة في موقف ما، أما مفهوم الذات فيشمل معتقدات القيمة الذاتية المرتبطة بالفعالية المدركة لدى الفرد. **(Pajares et Miller, 1994, P.195)**

إذا كان التصور العام للذات مرتبطًا بمجالات معينة من الأداء، فإن هذا لا ينصف تعقيد معتقدات الفعالية، والتي تختلف وفقًا لمجالات النشاط، ومستويات الصعوبة في نفس المجال، والظروف. قد توفر الصورة الذاتية المركبة ارتباطات ضعيفة، لكنها لا تكفي للتنبؤ، بأي درجة من الدقة، بالتغيرات الكبيرة في السلوك التي تحدث في مجال النشاط في ظل ظروف مختلفة، ولا تشرح هذه النظريات كيف يمكن لمفاهيم الذات المتطابقة أن تنتج سلوكيات مختلفة. في الاختبارات المقارنة للقوة التنبؤية، تعتبر معتقدات الفعالية لها تنبؤية عالية للسلوك، بينما يكون تأثير مفهوم الذات أضعف وملتبسًا. وفي نفس الوقت يؤكد **باندورا Bandura (2003)** على التأثير المتبادل بين مفهوم الذات وفعالية الذات، لأن مفهوم الذات يفقد قدر كبير من قدرته التنبؤية عندما يتم الحد من تأثير الفعالية المتصورة، ومفهوم الذات أيضا يعكس الى حد كبير معتقدات الفرد حول فعاليته الذاتية. **(Bandura, 2003, P.24)**

3-2- تقدير الذات

يميز **باندورا Bandura (2003)** بين المصطلحين بكون مفهوم الفعالية الذاتية المدركة تتعلق بتقييمات الفرد حول قدراته الشخصية، في حين يتعلق مفهوم تقدير الذات بتقييمات الفرد حول قيمته الشخصية. **(Bandura, 2003, P.24)**

يحتاج الأفراد إلى أكثر من مجرد تقدير الذات للتصرف وفقًا لأهدافهم. كثير من المتفوقين يعسرون على أنفسهم لأنهم يضعون معايير يصعب تلبيتها، بينما قد يشعر الآخرون بتقدير الذات لأنهم لا يطلبون الكثير من أنفسهم عادة، فهم يستمدون تقديرهم لذاتهم من مصادر أخرى غير النجاحات الشخصية. لايؤدي تقدير الذات الجيد دائمًا إلى الأداء الجيد، بل هي نتاج جهد منظم، يحتاج الناس إلى ثقة قوية في فعاليتهم لبدء ودعم الجهد المطلوب للنجاح. وبالتالي، فإن الفعالية الذاتية المتصورة تتنبأ بالأهداف التي يضعها الأشخاص والأداء الذي يحققونه، بينما لا يؤثر تقدير الذات على الأهداف الشخصية ولا على الأداء.**(Bandura, 2003, P.25)**

3-3- النظرية الاجتماعية المعرفية

من المفيد التمييز بين النظرية الاجتماعية المعرفية ومكوِّن الفعالية الذاتية لهذه النظرية، والذي يعمل في تناسق مع عوامل أخرى تحكم الفكر والدافع والعمل البشري. تفترض النظرية الاجتماعية المعرفية وجود بنية سببية متعددة الجوانب التي تتعلق بكل من تنمية المهارات وتنظيم العمل. تعد هياكل المعرفية الخاصة بإجراءات واستراتيجيات العمل الفعال بمثابة موجهات معرفية لتنفيذ السلوكيات المعقدة. تتشكل هذه الهياكل من نتائج التعلم القائم على الملاحظة والأنشطة الاستكشافية والتعليمات الشفوية والتركيبات المعرفية المبتكرة الناتجة عن المعرفة المكتسبة. الهياكل المعرفية تترجم إلى عمل فعال من خلال العمليات التحويلية والمثمرة. تعمل النماذج المعرفية كمرشد لإنتاج الإجراءات المختصة ومعايير داخلية لإجراء تعديلات تصحيحية أثناء اكتساب المهارة السلوكية. المواقف التي يتعين على الناس التعامل معها نادرًا ما تكون متطابقة تمامًا.

التوجيه المعرفي مؤثر بشكل خاص في المراحل المبكرة والمتوسطة من تنمية المهارات. تحدد الهياكل المعرفية كيف يجب اختيار ودمج المهارات الفرعية المناسبة بعضها البعض لتحقيق أهداف

محددة. مع الممارسة المنتظمة، تصبح المهارات متكاملة تمامًا ويتم تنفيذها بسهولة. يتم تنظيم عمل الإنسان بواسطة أنظمة تحكم متعددة المستويات. بمجرد أن تصبح السلوكيات الإنتاجية روتينية، فإنها لم تعد بحاجة إلى تحكم معرفي أعلى لذلك يمكن تنظيم الأداء في المهام اليومية في المقام الأول عن طريق الأنظمة الحسية الحركية ذات المستوى المنخفض، اذا لم يحدث شيء غير طبيعي يعيق الأداء الجيد. بمجرد أن يكتسب الأفراد الوسائل الكافية لإدارة المواقف المتكررة، فإنهم يتصرفون بناءً على فعاليتهم المتصورة دون فرض تفكير توجيهي مستمر.**(Bandura, 2003, P.57)**

تحتل الفعالية الذاتية المتصورة مكانة مركزية في النظرية الاجتماعية المعرفية لأنها تعمل على فئات أخرى من العوامل. من خلال التأثير على اختيار الأنشطة ودرجة التحفيز، تلعب معتقدات الفعالية الذاتية دورًا مهمًا في اكتساب هياكل المعرفة التي تستند إليها المهارات. يعزز الشعور بالفعالية التفكير التحليلي اللازم للتمكن من التنبؤ بما سيحدث عندما تتحد العديد من العوامل وتؤدي إلى سببية غامضة. تنظم معتقدات الفعالية الذاتية أيضًا طريقة التحفيز وليس التطلعات والنتائج المتوقعة للجهود الشخصية. فالقدرة لها قيمة تنفيذها فقط، لذلك تحدد الثقة الشخصية التي يتعامل بها الأشخاص مع المهام الصعبة ما إذا كانوا يستخدمون مهاراتهم استخدامًا جيدًا أم سيئًا. يمكن للشكوك الذاتية الخبيثة أن تبطل أفضل المهارات.**(Bandura, 2003, PP.58-59)**

3-4 الوكالة الشخصية (Agentivité)

يفترض الباحثون المهتمون بالوكالة أن الوكيل، من أجل القيام بعمل ما، يجب أن يمتلك أولاً القدرة على القيام بذلك (Alkire، 2008؛ Cantelli، 2013؛ Glithero، 2015؛ Hayward، 2012). سيكون لهذا الوكيل القدرة على ترتيب شروط جدوى الإنجازات المختلفة (Alkire، 2008) أو القدرة على تمييز أنفسهم عن تصرفات الآخرين للتصرف وفقًا لأفكارهم أو قيمهم (Hayward، 2012). وفقًا للعديد

من الباحثين بما في ذلك Alkire، إذا لم يتم التحكم في الإجراءات المتخذة بشكل مباشر من قبل الفرد، فلا يمكننا التحدث عن الوكالة عند هذا الفرد.

إن مسألة الاختيار لها نفس الأهمية في فهم الفعالية (**Bandura**، **2001**؛ **Miller et al.**، **2011**). في الواقع، ستكون هناك وكالة عندما تكون هناك إمكانية لفعل الأشياء بشكل مختلف، وبالتالي تكون الاحتمالات الأخرى متاحة أيضًا للوكيل (**Miller et al, 2011**). لا يمكن تحديد الوكالة إلا فيما يتعلق بالنتائج المتوقعة **Alkire** (**2008**). تصبح هذه الأهداف، بطريقة ما، محفزات أو منظمات للسلوك. ومع ذلك، كما يشير باندورا، قد لا تتحقق هذه الأهداف، وهو ما لا ينتقص من وكالة الحركة، ولكن يمكن أن يساهم في تقليل الشعور بالفعالية الذاتية في مواجهة إجراء معين.

إن الشعور بالفعالية الذاتية يختلف عن الشعور بالوكالة. أي إنها خاصة بمعتقدات الفرد في قدراته أو استعداده للتصرف **Galand and Vanlede** (**2004**). بدون الحد الأدنى من الشعور بالفعالية الذاتية، لا يمكن تحقيق الوكالة بشكل كامل.(**Morin et al, 2019**)

إن نظام الاعتقاد الذي يشكل الشعور بالفعالية الذاتية هو أساس الدافع والعمل، وبالتالي الإنجاز البشري والرفاهية. "إذا كان الناس لا يعتقدون أنهم يستطيعون الحصول على النتائج التي يرغبون فيها من خلال أفعالهم، فليس لديهم سبب كبير للتصرف أو للمثابرة في مواجهة الصعوبات". (**Bandura, 2003, p.VI**) معتقدات الفعالية الذاتية هي العامل المفتاحي في الوكالة البشرية. إذا شعر الشخص أنه لا يستطيع تحقيق نتائج، فلن يحاول تحقيقها. (**Bandura, 2003, p.13**)

لا يكتمل فهم الفعالية الذاتية بعرض تعاريفها فقط، بل يتضح أكثر بذكر أهم المفاهيم القريبة منها لذلك اختار الباحث أهم المفاهيم التي يرى ضرورة التطرق لها بداية بمفهوم الذات الذي يتداخل مع الفعالية الذاتية في ارتباطه بمجالات معينة من الأداء، لكنه أضعف في التنبؤ بالسلوك وغير دقيق مقارنة

بالفعالية، وفي نفس الوقت لهما تأثير متبادل من حيث مساهمة الفعالية المتصورة في زيادة القدرة التنبؤية للذات، وهي بدورها تعكس معتقدات الفرد حول فعاليته الذاتية. أما مفهوم تقدير الذات فله مصادر أخرى يستمد منها القيمة غير الإنجازات الشخصية، بل وأحيانا يمكن أن يعرقل فعالية الفرد بسبب ارتفاع معاييره المقترنة بتقديره المرتفع والتي يصعب تلبيتها. لكن النظرية الاجتماعية المعرفية كنموذج يعمل على تنمية وتنظيم المهارات من خلال الهياكل المعرفية، يختلف عن الفعالية التي لا تتوقف عند المهارات والقدرات بل على كيفية استخدامها من خلال اختيار الأنشطة والتحفيز، لأن نقص الثقة يمكن أن تبطل أفضل المهارات. أما الوكالة الشخصية فهي من أكثر المفاهيم قربا من الفعالية الذاتية، والمقصود بالوكالة هي القدرة على التصرف أي أن أفعال الفرد هي سبب للوصول لنتيجة معينة، لكن ان لم تتحقق هذه النتائج ستقلل من الشعور بالفعالية الذاتية، وعليه يمكن القول أن الوكالة لا تتحقق بشكل كامل إلا بوجود قدر كاف من الفعالية الذاتية، هذا القدر يرتفع وينخفض حسب مجموعة من المصادر المتنوعة.

4-مصادر الفعالية الذاتية

يرى **باندورا Bandura (2003)** أن هناك خمسة مصادر لفعالية الذات لدى الأفراد وهي كالآتي:

4-1- خبرة الاتقان النشطة

تعد تجارب الإتقان النشط المصدر الأكثر تأثيرًا لمعلومات الفعالية لأنها الأكثر وضوحًا من حيث امكانية حشد ما هو مطلوب لتحقيق النجاح وبناء إيمان قوي بالفعالية الذاتية؛ تهدمه الإخفاقات، لاسيما إذا حدثت قبل أن يتم ترسيخ الشعور بالفعالية. إذا حقق الناس نجاحًا سهلاً فقط، فإنهم في نهاية المطاف يتوقعون نتائج سريعة ويثبطهم الفشل بسهولة. يتطلب الشعور المرن بالفعالية التغلب على العقبات من خلال الجهود الدؤوبة، وتبقى بعض النكسات والصعوبات في المساعي البشرية مفيدة لأنها تعلم الفرد أن

النجاح يتطلب عـــادة جهدًا مستدامًا؛ وتوفر الصعوبات أيضا فرصًا لتعلم كيفية تحويـــل الفشل إلى نجاح، وشحذ قدرات الشخص للتحكم بشكل أفضل في الأحداث. بمجرد أن يعتقد الأفراد أن لديهم ما يلزم للنجاح، فإنهم يثابرون في مواجهة الشدائد ويتعافون بسرعة من النكسات، عن طريق التغلب على الفترات الصعبة، يخرجون من المحن أقوى وأكثر قدرة من ذي قبل. **(Bandura, 2003, p.125)**

4-2- الخبرة البديلة

لا يعتمد الأشخاص فقط على خبرتهم للحصول على معلومات حول قدراتهم، بل تتأثر تقييمات الفعالية جزئيًا بالتجارب غير المباشرة للانجازات التي يصوغها الآخرون. وبالتالي، فإن النمذجة تشكل أداة فعالة أخرى تسهل الشعور بالفعالية الشخصية. القدرات الشخصية أسهل في تقييم الأنشطة التي تنتج مؤشرات مستقلة موضوعية للفعالية. لكن بالنسبة لمعظم الأنشطة، لا يوجد مقياس مطلق للفعالية، ويجب على الأفراد تقييم قدراتهم من خلال إنجازات الآخرين. الطالب الذي حصل على 115 نقطة في امتحان ليس له أساس في الحكم عليه بأدائه الجيد أو السيئ إذا كان لا يعرف أداء الآخرين، يتم الحكم على الفعالية إلى حد كبير من خلال أداء الآخرين، لذلك تعد المقارنة الاجتماعية عامل أساسي في التقييم الذاتي للقدرات.**(Bandura, 2003, p.135)**

4-3- الإقناع اللفظي

يساعد الإقناع الاجتماعي أيضًا على تعزيز معتقدات الناس بأن لديهم القدرة على الحصول على ما يريدون، ومن السهل جدا على شخص ما الحفاظ على إحساسه بالفعالية، خاصة عند مواجهة الصعوبات، إذا عبر أفراد مهمون آخرون عن ثقتهم في قدراته أكثر مما لو عبروا عن شك. قد يكون للإقناع اللفظي وحده قوة محدودة لزيادة الفعالية المتصورة بشكل مستدام، ولكنه يمكن أن يدعم التغيير الشخصي إذا كان التقييم الإيجابي ضمن حدود واقعية. عندما يتم إقناعهم لفظيًا بأن لديهم القدرة على

إتقان أنشطة معينة، فمن المرجح أن ينتجوا جهدًا إضافيًا ويحافظوا عليه أكثر من أولئك الذين يشككون في أنفسهم والذين يركزون على عيوبهم الشخصية عند ظهور الصعوبات. بقدر ما تشجع فيه المنبهات الحماسية المقنعة للفعالية المتصورة الأفراد على العمل الجاد بما يكفي للنجاح، فإن المعتقدات المؤكدة للذات تعزز تنمية المهارات ومشاعر الفعالية الذاتية. لذلك فإن الصفات المقنعة للفعالية لها تأثيرها الأكبر على الأشخاص الذين لديهم سبب ما للاعتقاد بأنهم قادرون على إحداث تأثيرات من خلال أفعالهم. ومع ذلك، فإن تعزيز المعتقدات غير الواقعية للقدرات الشخصية يجذب الإخفاقات، والتي من شأنها تشويه سمعة الأشخاص المتملقين ومن ثم تقويض معتقدات الشخص في قدراتهم.

(Bandura, 2003, p.156)

4-4- الحالات الفسيولوجية والانفعالية

عند تقييم قدراتهم، يعتمد الأشخاص أنفسهم جزئيًا على المعلومات الجسدية المنقولة عن طريق حالتهم الفسيولوجية والعاطفية، المؤشرات الجسدية للاكتفاء الذاتي ذات صلة خاصة بالمجالات التي تشمل الأنشطة البدنية، والأداء الصحي، والتعامل مع الضغوطات. غالبًا ما يفسر الناس نشاطهم الفسيولوجي في المواقف العصيبة أو الصعبة على أنها علامات على هشاشتهم تجاه الاختلال الوظيفي. نظرًا لأن الإثارة العالية يمكن أن تضعف الأداء، فمن المرجح أن يتوقع الأفراد النجاح عندما لا تزعجهم الاستثارة غير السارة. تولد استجابات الإجهاد للتحكم غير الفعال ضغوطًا إضافية من خلال التنشيط الذاتي الاستباقي، عبر استحضار الأفكار غير السارة حول عجزهم وردود أفعالهم تجاه الإجهاد، يمكن للناس أن ينشطوا ذاتيًا حتى مستويات عالية من التوتر مما ينتج تحديدا الخلل الوظيفي الذي يخشونه. العلاجات التي تقضي على الاستجابات العاطفية للتهديدات الشخصية من خلال تجارب الإتقان ترفع المعتقدات في فعالية المواجهة، مع التحسينات المقابلة في الأداء. **(Bandura, 2003, p.163)**

لا تقتصر المؤشرات الفسيولوجية للفعالية على تفعيل النظام اللاإرادي. في الأنشطة التي تتطلب القوة والتحمل، يفسر الناس إجهادهم وتنفسهم وآلامهم على أنها مؤشرات على عدم الفعالية البدنية. تؤثر الحالات المزاجية أيضًا على أحكام الناس حول الفعالية الذاتية. تلعب المؤشرات الفسيولوجية للفعالية دورًا مؤثرًا بشكل خاص في الصحة والأنشطة التي تتطلب القوة البدنية والتحمل. يمكن أن يكون للحالة العاطفية تأثيرات واسعة النطاق على معتقدات الفعالية الذاتية في مختلف المجالات. وبالتالي، فإن الطريقة الرئيسية لتغيير معتقدات الفعالية هي زيادة الحالة الجسدية، وتقليل مستويات التوتر والميول العاطفية السلبية، وتصحيح التفسيرات الخاطئة والحالة الجسدية.**(Bandura, 2003, p.164)**

4-5- تكامل المعلومات المتعلقة بالفعالية

عند تشكيل تقييمات الفعالية، يجب على الأفراد ليس فقط إدارة التكوينات المختلفة للمعلومات ذات الصلة بالفعالية التي تنقلها طريقة ما، ولكن أيضًا وزن ودمج معلومات الفعالية من هذه المصادر المتنوعة. لزيادة تعقيد الأمور، قد يختلف الوزن المعين لأنواع مختلفة من معلومات الفعالية اعتمادًا على مجال العملية.

تختلف العوامل التي تنقل قيمة الفعالية في درجة المعلومات والتفاعل، يمكن أن يكون بعضها مؤشرات موثوقة للغاية للقدرة الشخصية؛ قد يكون البعض الآخر أقل من ذلك بكثير وبالتالي يجب أن يحصلوا على وزن أقل. هناك عوامل معينة تساهم في الحصول على معلومات فريدة؛ قد يكون البعض الآخر زائداً عن الحاجة وبالتالي لا يضيف أي معلومات تشخيص ذاتي جديدة. تختلف العوامل ذات الصلة أيضًا في مدى تعقيد علاقتها بتقييم القدرات الشخصية. بعضها مرتبط خطيًا، بحيث كلما ارتفع مستوى العامل، زادت الفعالية المتصورة. البعض الآخر مرتبط بشكل منحني، على سبيل المثال، عندما

يعتبر التنشيط المعتدل هو الأمثل للأداء الفعال، وتعتبر المستويات المنخفضة من التنشيط مثبطة للهمم والمستويات العالية مدمرة. العلاقات الخطية أسهل في التعلم من العلاقات المنحنية.

(Bandura, 2003, pp.174-175)

مما سبق يلاحظ أن مصادر فعالية الذات الخمسة تجتمع في جانبين، مصادر داخلية مثل خبرة الاتقان النشطة والحالات الفيزيولوجية والعاطفية وتكامل المعلومات المتعلقة بالفعالية، ومصادر خارجية مثل الخبرات البديلة والاقناع اللفظي، وعلى حسب هذه المصادر يتأثر مستوى فعالية الذات للفرد سواء بالارتفاع او الانخفاض.

5-خصائص الفعالية الذاتية

يذكر **باندورا Bandura (1994)** أن هناك خصائص عامة يتميز بها ذوي فعالية الذات المرتفعة وذوي فعالية الذات المنخفضة وهي كالتالي:

5-1- خصائص فعالية الذات المرتفعة

- التميز بمستوى عال من الثقة بالنفس.
- قدرة عالية لتحمل المسؤولية.
- يستعيدون سريعا شعورهم بفعالية الذات في حالات الفشل.
- يواجهون المواقف بفعالية تضمن لهم التحكم في أنفسهم وانفعالاتهم.
- التمتع بمثابرة عالية في مواجهة العقبات التي تقابلهم.
- الاتصاف بالتفاؤل.
- القدرة على التخطيط للمستقبل.
- التركيز على الأهداف بطموح.

5-2- خصائص فعالية الذات المنخفضة

- التركيز على النتائج الفاشلة.
- لديهم أفكار متشائمة والشك في قدرتهم أمام المهام الصعبة.
- طموح ضعيف وعدم الالتزام.
- الاستسلام بسرعة.
- التركيز على الصعوبات وعلى الموانع التي سيواجهونها أكثر من تركيزهم على النجاح، مما يجعلهم ينسحبون من مواجهة هذه الصعاب.
- يكونون عرضة لحالات الاكتئاب والضغط والقلق. **(Bandura, 1994, p.2)**

تتفاوت فعالية الذات بين الأفراد فيمكن أن تكون مرتفعة أو منخفضة على حسب الأفكار والمشاعر التي يحملونها تجاه قدراتهم والمجهودات التي يبذلونها وأيضا كيف يتعاملون مع التحديات والضغوطات التي تعترضهم، وهذا ما يلاحظ في النقاط السابق ذكرها، لكن لا تصنف الفعالية الذاتية في مستواها فقط بل لها أنواع كثيرة لا تنحصر على مستوى الفرد بل تتجاوزه لمحيطه الذي يعيش فيه.

6- أنواع الفعالية الذاتية

يمكن تصنيف فعالية الذات إلى عدة أنواع وهي كثيرة لكن سيتم ذكر أهمها كما يلي:

6-1- فعالية الذات العامة

ويقصد بها قدرة الفرد على أداء السلوك الذي يحقق نتائج إيجابية ومرغوبة في موقف معين، والتحكم في الضغوط الحياتية التي تؤثر على سلوك الأفراد، وإصدار التوقعات الذاتية عن كيفية أدائه للمهام والأنشطة التي يقوم بها والتنبؤ بالجهد والنشاط والمثابرة اللازمة لتحقيق العمل المراد القيام به. **(Bandura, 1986, p.479)**

6-2- الفعالية الجماعية

ان الفعالية الجماعية المدركة عبارة عن سمة جماعية. بالإضافة إلى ذلك، تتنبأ معتقدات الفعالية الجماعية بمستوى أداء المجموعة. وكلما زاد إيمان الناس بقدراتهم الجماعية، كلما نجحوا بشكل أفضل. هذا صحيح سواء كان الشعور بفعالية المجموعة يتطور بشكل طبيعي أو يتم إنشاؤه بشكل تجريبي. يتم تكرار مساهمة الفعالية الجماعية المدركة في أداء المجموعة في منظمات مختلفة، بما في ذلك المدارس والشركات والفرق الرياضية. **(Bandura, 2003, P.713)**

6-3- الفعالية السياسية

تتضمن الفعالية السياسية المدركة اعتقاد الناس أن بإمكانهم التأثير على النظام السياسي. ممارسة السيطرة على هذا النظام لها جانبان مرتبطان بشكل خاص بالتغيير الاجتماعي من خلال العمل السياسي. الأول هو مستوى الفعالية الشخصية اللازمة لتحقيق نتائج من خلال العمل ومن خلال الاستخدام الفعال للقدرات والموارد؛ هذا هو الجانب الشخصي من عملية مراقبة المعاملات. الجانب الثاني هو كيف يمكن تعديل النظم الاجتماعية من خلال التأثير الفردي والجماعي.

إن القدرة على تغيير النظام الحكومي ليست خاصية ثابتة، وليست مستقلة عن الفعالية الذاتية. إن الأفراد الذين يعتبرون أنفسهم غير فعالين لا يحدثون سوى القليل من التغيير، حتى في المجتمعات التي توفر لهم العديد من الفرص للقيام بذلك على العكس من ذلك، فإن أولئك الذين لديهم إيمان راسخ بفعاليتهم يجدون طرقًا، من خلال براعتهم ومثابرتهم، لممارسة بعض السيطرة حتى على الأنظمة الاجتماعية التي توفر فرصًا قليلة وتضع العديد من القيود. **(Bandura, 2003, PP.715-716)**

6-4- فعالية الذات الأكاديمية

تظهر العديد من الدراسات أن الفعالية الأكاديمية المدركة تلعب دورًا مهمًا في اختيار وتطوير مسيرة الفرد المهنية، فهي تتنبأ بمستوى التعليم الذي تم الوصول إليه، ونطاق الخيارات المهنية التي تم

أخذها في الاعتبار، بالإضافة إلى المثابرة والنجاح في المجال المختار ; Betz & Hackett, 1986) Lent & Hackett, 1987) . إن الفعالية الذاتية المدركة تأخذ بعين الاعتبار الاختلافات في المسار المهني عندما يتم التحكم في التحصيل الأكاديمي السابق. **(Bandura, 2003,P.361)**

6-5- الفعالية الذاتية الانفعالية

تلعب آلية الفعالية الذاتية دورًا أساسيًا في التنظيم الذاتي للحالات الانفعالية. يمكن التمييز بين ثلاث طرق رئيسية تؤثر بها معتقدات الفعالية على طبيعة وشدة التجارب الانفعالية: السيطرة الشخصية على الفكر، والعمل، والعاطفة.

يأخذ الوضع الموجه للفكر في تنظيم الحالات العاطفية شكلين. أولا توجه معتقدات الفعالية الانتباه وتؤثر على كيفية تفسير الأحداث، وتمثيلها معرفيًا، وتذكرها بطرق مفيدة أو مدمرة عاطفياً. الشكل الثاني من التأثير يركز على القدرات المعرفية المتصورة للسيطرة على الأفكار المزعجة لأنها تتطفل على الوعي.

أما بخصوص نمط التأثير الموجه نحو العمل، تنظم معتقدات الفعالية الحالات الانفعالية من خلال دعم الإجراءات التي تهدف إلى تغيير البيئة. يتضمن نمط التأثير الموجه للانفعالات الفعالية المدركة في تخفيف الحالات الانفعالية غير السارة عند تنشيطها. **(Bandura, 2003, PP.651-652)**

إن الأنواع التي تم ذكرها وانتقاءها توحي بمدى اتساع فعالية الذات من حيث عمومية تأثيرها في حياة الفرد بشكل عام، وأيضا من حيث تجاوزها للفرد وصولا الى الجماعة، مهما كانت هذه الجماعة مختلفة من حيث الحجم أو النوع. أما الفعالية السياسية لم يتم ذكرها الا من باب الإشارة الى سمة دينامية الجماعة وقابلية التغيير الاجتماعي من خلال العمل السياسي. وبما أن هذا البحث مطبق على عينة من الطلبة الجامعيين كان لابد من التطرق الى الفعالية الأكاديمية التي تأكد أهميتها كونها مرتبطة بالمستقبل المهني للطالب، والذي بدوره ينعكس على المستقبل الاقتصادي للبلد. وبالرجوع الى الفرد الذي تلعب

الانفعالات فيه دورا رئيسيا من الجانب العيادي المرتبط بالمخططات المبكرة غير المتكيفة، تم اختيار الفعالية الانفعالية لتبين الدور الهام الذي تلعبه في التنظيم الذاتي للحالات الانفعالية. إن هذا التنوع يزيد من ثراء الفعالية الذاتية ويؤكد على أهميتها، لذلك لابد من التوجه أعمق لفهم التركيبة الداخلية للفعالية الذاتية من خلال نماذج تحوي مفاهيم وآليات تعمل معا بطريقة دينامية توضح كيفية عمل هذا المتغير.

7- نظريات فعالية الذات

تعتبر النظريات ذلك النموذج أو البناء الفكري المتكامل، الذي يفسر الظواهر من خلال مفاهيم وقواعد تعمل في نسق علمي مترابط يتصف بالشمولية، والنسبية بالنسبة للعلوم الاجتماعية والنفسية، وبعد الاطلاع على التراث النظري تم اقتراح بعض النظريات التي تناولت مفهوم الفعالية الذاتية وهي:

7-1- النظرية المعرفية الاجتماعية

يشير **باندورا Bandura (1986)** أن فعالية الذات اشتقت من النظرية المعرفية الاجتماعية **(Social Cognitive Theory)** التي وضع أسسها، والتي أكد فيها بأن الأداء الإنساني يمكن أن يفسر من خلال المقابلة بين السلوك، ومختلف العوامل المعرفية والشخصية، والبيئية.

(Bandura,1986, P.18)

1. إن معظم السلوكات لها هدف معين، وهي موجهة عن طريق القدرة على التفكير المستقبلي: كالتنبؤ أو التوقع، وهي تعتمد بشكل كبير على القدرة على عمل الرموز.
2. يتعلم الفرد عن طريق ملاحظة سلوك الآخرين ونتائجها، والتعليم عن طريق الملاحظة يقلل بشكل كبير من الاعتماد على التعلم عن طريق المحاولة والخطأ، ويؤدي الى الاكتساب السريع للمهارات المعقدة التي ليس من الممكن اكتسابها عن طريق الممارسة.

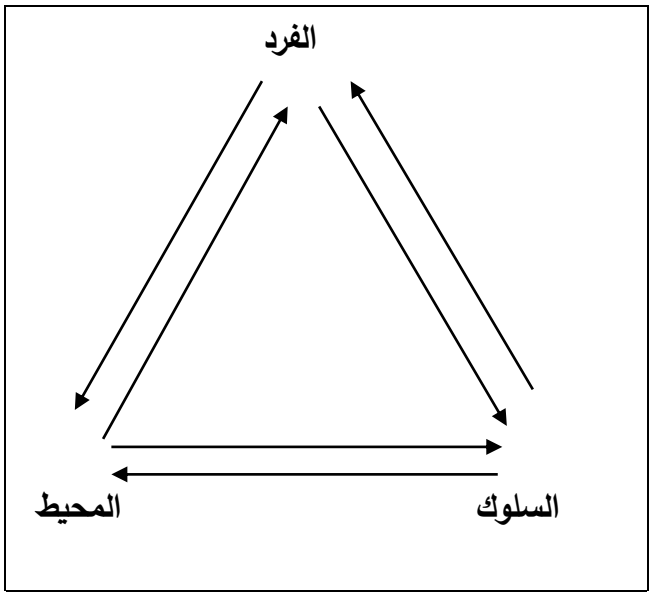
3. يمتلك الفرد القدرة على عمل الرموز والتي تسمح بإنشاء نماذج داخلية للتحقق من فعالية التجارب قبل القيام بها، وتطوير مجموعة مبتكرة من الأفعال، والاختيار لهذه المجموعة يكون عن طريق التنبؤ بالنتائج، والاتصال بين الأفكار المعتقدة وتجارب الآخرين.

4. يمتلك الفرد القدرة على التنظيم الذاتي، وذلك عن طريق التأثير على التحكم المباشر في سلوكه، وعن طريق اختيار أو تغيير الظروف البيئية التي تؤثر على السلوك، كما يضع الأفراد معاييرا شخصية لسلوكهم، ويقيمون سلوكهم بناء على هذه المعايير، وهذا يمكنهم من بناء حافز ذاتي يدفع ويرشد السلوك.

5. يمتلك الفرد القدرة على التأمل الذاتي والقدرة على تحليل وتقييم الأفكار والخبرات الذاتية، وهذه القدرات تتيح التحكم الذاتي في السلوك.

6. إن قدرات الفرد هي نتيجة تطور "الميكانيزمات" والأبنية النفسية العصبية المعقدة، التي تتفاعل مع بعضها لتحديد السلوك، ولتزويده بالمرونة اللازمة.

7. تتفاعل الأحداث البيئية والعوامل الداخلية مع السلوك بطريقة متبادلة. فالأفراد يستجيبون معرفيا وانفعاليا وسلوكيا إلى الأحداث البيئية، ومن خلال القدرة المعرفية يمارسون التحكم في سلوكهم الذاتي، والذي يؤثر على الحالات المعرفية والانفعالية، وهذا يترجمه مبدأ الحتمية المتبادلة الذي يعتبر من أهم افتراضات النظرية المعرفية الاجتماعية.



الشكل رقم (2): مبدأ الحتمية المتبادلة

يوضح الشكل **رقم (2)** مبدأ الحتمية المتبادلة الذي يعتبر أن هذه المؤثرات ذات تفاعل تبادلي إلا أنها لا تحدث في وقت متزامن، أو أنها ذات قوة متكافئة، وعليه فنظرية الفعالية الذاتية تهتم بشكل رئيسي بدور العوامل المعرفية والذاتية في نموذج الحتمية المتبادلة، التابع للنظرية المعرفية الاجتماعية، وهذا فيما يتعلق بتأثير المعرفة على الانفعال والسلوك، وتأثير كل من السلوك والانفعال والأحداث البيئية على المعرفة، وفعالية الذات لا تهتم فقط بالمهارات التي يمتلكها الفرد وإنما كذلك بما يستطيع الفرد عمله بالمهارات التي لديه، ويرى **باندورا Bandura (1988)** أن الأفراد يقومون بمعالجة وتقدير ودمج مصادر المعلومات المتنوعة المتعلقة بقدراتهم، وتنظيم سلوكهم الاختياري، وتحديد الجهد المبذول اللازم لهذه القدرات، وبالتالي تمتلك التوقعات المتعلقة بالفعالية الذاتية القدرات الخلاقة، والاختيار المحدد للأهداف، والأحداث ذات الأهداف الموجهة، والجهد المبذول لتحقيق الأهداف، والإصرار على مواجهة الصعوبات والخبرات الانفعالية. **(Bandura, 1988, p.20)**

طبقا لهذا النموذج فإن المتعلم يحتاج إلى عدد من العوامل المتفاعلة (شخصية وسلوكية وبيئية)، وتمثل العوامل الشخصية معتقدات الفرد حول قدراته واتجاهاته.

(Zimmerman & Riggo, 1985, p.130)

7-2- نظرية شيل وميرفي Shell & Murphy

يشير كل من **شيل و ميرفي Shell & Murphy** إلى أن فعالية الذات عبارة عن ميكانيزم ينشأ عن طريق تفاعل الفرد واستخدامه لإمكاناته المعرفية، ومهاراته الاجتماعية والسلوكية الخاصة بالمهمة، وهي تدل على ثقة الفرد بنفسه وقدرته على النجاح في أداء هذه المهمة، أما توقعات نتائج السلوك فهي تتحدد في ضوء العلاقة بين أداء المهمة بنجاح وما يتصوره الفرد عن طبيعة هذه النتائج، أو الوصول إلى أهداف السلوك، وبينت النظرية أن التوقعات الخاصة بالفعالية الذاتية عند الفرد تعبر عن إدراكه لإمكاناته المعرفية، ومهاراته الاجتماعية والسلوكية الخاصة بالأداء أو المهمة المتضمنة في السلوك، وتنعكس على مدى ثقة الفرد بنفسه، وقدرته على التنبؤ بالإمكانات اللازمة للموقف وقدرته على استخدامها في تلك المواقف، وفعالية الذات لدى الأفراد تنبع من سماتهم الشخصية العقلية والاجتماعية والانفعالية. **(Pagares, 1996, P.542)**

7-3- نظرية شوارتسر (Schwarzer)

ترى هذه النظرية أن الفعالية الذاتية عبارة عن بعد ثابت من أبعاد الشخصية، تتمثل في قناعات شخصية، والقدرة على التغلب على المتطلبات والمشكلات الصعبة التي تواجه الفرد خلال التصرفات الذاتية، وأن توقعات الفعالية الذاتية تنسب لها وظيفة توجيه السلوك، وتقوم على التحضير أو الإعداد للتصرف، وضبطه والتخطيط الواقعي له، لأنها تؤثر في كيفية شعور وتفكير الناس، فهي ترتبط على المستوى الانفعالي بصورة سلبية مع مشاعر القلق والاكتئاب والقيمة الذاتية المنخفضة، وترتبط على

المستوى المعرفي بالميول التشاؤمية وبالتقليل من قيمة الذات، وتبين هذه النظرية أنه كلما زاد اعتقاد الإنسان بامتلاكه سلوكيات توافقية من أجل التمكن من حل مشكلة ما بصورة عملية، كان أكثر اندفاعا لتحويل هذه القناعات أيضا إلى سلوك فعال. **(Schwarzer, 1994, p.105)**

4-7- نظرية التوقع أو القيمة المتوقعة

تفترض نظرية التوقع **لفيكتور فروم Victor Vroom (1964)** أن الإنسان تتحدد أفعاله من خلال تصوراته، وأنه سوف يختار من بين البدائل ليحقق أكبر قيمة لتوقعاته، من حيث النتائج ذات النفع التي ستعود عليه، تبدو نظرية التوقع جذابة بشكل حدسي وتستند إلى الفطرة السليمة. وهذا ما يفسر سلسلة التحفيز بتقسيمها إلى مراحل يمكن التعرف عليها كما يلي:

- التوقع هو أن يعتقد الفرد أن الجهد الذي يقدمه سيؤدي إلى أداء مقبول.
- الأداة هي توقع الفرد أن أداءه سيتم مكافأته.
- التكافؤ هو أن تكون قيمة المكافآت إيجابية للغاية

إن العناصر الثلاثة السابقة (التوقع، الأداة، التكافؤ) تمثل عملية تقدير شخصي للفرد، تكون فيها عمليات معرفية قائمة من خلالها سيتم تحفيزه إذا كان يتوقع أن الجهد القوي سيؤدي إلى أداء جيد، وسيؤدي الأداء الجيد للمكافآت المرغوبة. **(Pranav Parijat and Shilpi Bagga, 2014)**

بعد الاطلاع على النظريات السابقة يظهر جليا مدى تماسك النظرية المعرفية الاجتماعية مقارنة بالنظريات الأخرى من حيث تغطيتها لمجموعة واسعة من العوامل التي بنيت كل واحدة منها على مفاهيم تعمل معا كنموذج مفسر للفعالية الذاتية، يلاحظ وجود مصطلح متكرر في النظريات السابقة مع اختلاف في كيفية استعماله، وهو التوقعات، التي تعبر في النظرية المعرفية الاجتماعية عن مصدر لتوجيه واختيار سلوك الفرد، أما في نظرية **شيل و ميرفي** فالتوقعات تكون حول نتائج السلوك وحول الفعالية

الذاتية أي مدى ادراك الفرد لإمكاناته التي تؤدي لسلوك ما، وتشترك التوقعات الخاصة بنظرية **شوارتسر** مع النظرية المعرفية الاجتماعية فيما يخص التوجيه، وتزيد عليه وظيفة التحضير والضبط والتخطيط للسلوك، لتضيف نظرية التوقع ل **Vroom** أن التوقع هو اعتقاد الفرد أن الجهد الذي يقدمه سيؤدي الى أداء مقبول، وذلك الأداء أيضا يؤدي الى مكافأة مغرية في نظره. هذا التحليل يؤكد مدى أهمية التوقعات.

8- توقعات النتائج ومعتقدات الفعالية الذاتية

يشير **باندورا Bandura (2003)** أن الاعتقاد بأن الإجراءات الشخصية تحدد النتائج يزيد من الشعور بالفعالية والقوة، وعلى العكس إذا كان الاعتقاد بأن النتائج تحدث من تلقاء نفسها ولا علاقة لها بما يفعله الفرد، هذا سيخلق اللامبالاة من طرف الأفراد. تعد أعمال **روتر Rotter (1966)** تركز بشكل أساسي على المعتقدات السببية المتعلقة بالعلاقة بين الأفعال والنتائج، لذلك يجب التمييز بين المعتقدات التي تسبب النتيجة ومعتقدات فعالية الذات، الاعتقاد بأن النتائج ترجع الى سلوك الفرد ممكن وغير ممكن اعتمادا على ما إذا كان يعتقد أم لا أن بإمكانه التصرف بالطريقة المطلوبة. هذا يعني أن الأشخاص الذين يعتقدون أن النتائج مصدرها السلوكات، لكنهم يشعرون بافتقارهم للماهارات اللازمة، ويختبرون إحساسا منخفضا بالفعالية الذاتية ويتعاملون مع الأنشطة بإحساس عدم الجدوى، لهم كل الحق في الشعور بالإحباط، أما عندما يمكن للأفراد أن ينجحوا فإن ذلك الاعتقاد أن النتائج التي تعتمد على أفعالهم تخلق عندهم شعورا بالقوة السببية.

إن التأثير المشترك لمعتقدات الفعالية ونتائج الأداء المتوقعة داخل مجتمعات معينة يساهم في التنبؤ بشكل أفضل بالسلوك البشري والحالة العاطفية، كما هو مبين في **الشكل رقم (3)** .

(Bandura, 2003, P.37)

معتقدات الفعالية	توقعات النتائج +	توقعات النتائج −
+	2 الالتزام المثمر تطلع الرضا الشخصي	1 مطالبة اللوم التشدد تغيير المحيط
−	4 انخفاض قيمة الذات الإحباط	3 الاستسلام الفتور

الشكل رقم (3) تأثير مختلف أنماط معتقدات الفعالية وتوقعات نتائج الأداء على السلوكات والانفعالات. (Bandura, 2003, P.38)

إن الشعور العالي بالكفاءة الذاتية في بيئة متجاوبة تكافئ الإنجازات القيمة يعزز التطلعات والمشاركة المثمرة في الأنشطة والشعور بالإنجاز الشخصي (المربع 2). تسمح هذه الشروط للأفراد بممارسة السيطرة تأثير كبير على حياتهم من خلال التنمية الشخصية. لكن أولئك الذين يشعرون بفعالية منخفضة سوف يستسلمون بسرعة إذا كانت جهودهم كذلك غير ناجحة (المربع 3). أما الأفراد الذين يؤمنون بفعاليتهم سيكثفون جهودهم، وإذا لزم الأمر، يسعون جاهدين لتغيير الممارسات الاجتماعية غير العادلة (المربع 1). يسلط الضوء على الحاجة إلى التمييز بين مستويين من التحكم: أولا التحكم في

النتائج التي تحققها الإنجازات، وثانيا السيطرة على النظام الاجتماعي الذي يحدد ما ستكون النتائج عليه حسب الجهود المبذولة.

تؤدي الظروف التي تجمع بين الفعالية الذاتية العالية والبيئة غير المستجيبة إلى الاستياء، والمطالب والجهود الجماعية لتغيير الممارسات المؤسسية القائمة (Bandura، 1973: Short and Wolfange، 1972)، لكن إذا كان من الصعب تحقيق الإصلاحات وتوجد خيارات أفضل، سيترك الناس البيئة التي لا تكافئ جهودهم ويتابعون أنشطتهم في مكان آخر.

إن التأثير المشترك لمعتقدات الفعالية وتوقعات النتائج يجعل من الممكن التمييز بين الظروف التي تؤدي إلى اللامبالاة وتلك التي من المحتمل أن تؤدي إلى الاحباط. عندما يكون لدى الأفراد شعور ضعيف بالفعالية الذاتية وعدم بذل أي نوع من الجهد من قبل أنفسهم أو من قبل الآخرين هذا لا يعطي أي نتيجة قيمة، فيصبحون غير مبالين ويستسلمون لحياة مملة (المربع 3). إذا لم ينجح أحد، يشعر الناس بالعجز في تحسين حالة الإنسان ولا يفعلون أي جهد لإحداث التغيير. لكن عندما يعتبر الناس أنفسهم غير فعالين لكنهم يرون الآخرين مثلهم في نفس الرتبة ويكافؤون على جهودهم بسهولة، يمكن أن يؤدي بهم الى نكران الذات والاكتئاب وانخفاض الأداء المعرفي (المربع 4).

(Bandura, 2003, P.38)

إن التشارك القائم بين توقعات النتائج ومعتقدات الفعالية ينتج عنه أربع حالات مختلفة منها الإيجابية تماما مثل (المربع 2) أو سلبية تماما مثل (المربع 3) وهذا أمر واضح، لكن الأهم هو اذا كان أحدهما إيجابي والآخر سلبي هنا يتضح أن التأثير الأقوى يكون في (المربع1) حيث يجمع بين الفعالية الذاتية العالية والبيئة غير المستجيبة التي يتحداها هؤلاء من خلال معتقداتهم في قدراتهم وفعاليتهم الذاتية ويحاولون تغيير محيطهم، أما (المربع4) عندما يعتقد الأفراد أن ليس لديهم القدرة وتكون توقعات النتائج

إيجابية من المرجح أن يشعروا بنكران الذات ومزاج سلبي عموما. هذا الاستنتاج يؤكد على أهمية المعتقدات الخاصة بالفعالية كمصدر للسلوك والتي تتوافق مع المفهوم العام للمخططات المبكرة غير المتكيفة التي تكون هي الأخرى مصدرا للمعتقدات والاختيارات والسلوكات. إن كل من المعتقدات والتوقعات تابعة لعامل واحد من ثلاث عوامل تؤثر على الفعالية الذاتية.

9- العوامل المؤثرة في الفعالية الذاتية

تعد العوامل عناصر حاسمة لا يمكن الاستغناء عنها في الوصول الى النتيجة، لذلك تم تصنيف العوامل المؤثرة في فعالية الذات لما تحتويه من تفاصيل إلى ثلاث مجموعات هي:

9-1- المجوعة الأولى: التأثيرات الشخصية

تعتمد إدراكات الفرد لفعالية الذات على أربع مؤثرات شخصية هي:

- **المعرفة المكتسبة:** هناك اختلاف بين المعرفة كما هي موجودة في البيئة وبين تنظيم الأفراد لتلك المعرفة ذاتيا وفق المجال النفسي لكل منهم، والذي تحكمه، الألفاظ التي احتوتها، أو البناء الهرمي، فيتم ترتيبها وتخزينها للتلاؤم مع خبراته واستخدامها في المواقف المستقبلية.

- **عمليات ما وراء المعرفة:** إن هذه العمليات تؤثر في قرارات الأفراد وكيفية تنظيم الذات، فالفرد يقسم أهدافه ويدرسها حسب نوعها ودرجة صعوبتها وتزامنها مع الحاجة، بحيث تقود الفرد إلى التخطيط والمراقبة والتقويم لأفكاره وآليات اتخاذ قراراته، المتعلقة بفعالية ذاته.

- **الأهداف:** إن الأشخاص الذين يمتلكون إحساسا قويا بفعالية الذات يميلون إلى إنجاز الأهداف الذاتية الصعبة، وتكون أهدافهم واضحة ومحددة وواقعية، وتتلاءم مع توقعاتهم الذاتية، كما أن ذوي الفعالية الذاتية المرتفعة يمتلكون حب التحدي والمواجهة للمشكلات والصعوبات لتحقيق الأهداف والرغبات، وبالتالي الحصول على قدر مُرضي من الإشباع والرضا النفسي وتحقيق الذات.

- **المؤثرات الذاتية:** وهي العوامل الداخلية للفرد والتي تؤثر على سلوكه تأثيرا مباشرا أثناء أدائه لبعض الأعمال والمهمات، وهذه المؤثرات تؤدي إلى صعوبة في التنظيم الذاتي، وإحباط على المدى البعيد وهذه المؤثرات مثل القلق، وصعوبة تحديد الأهداف الشخصية، هذه المؤثرات تخفض من فعالية الذات لدى الفرد. **(Zimmerman, 1989, p.25)**

2-9- المجموعة الثانية: التأثيرات السلوكية

وتشمل ثلاث مراحل هي:

- **ملاحظة الذات:** وتعني المراقبة المنظمة للأداء، وملاحظة الفرد لذاته، وإمداده بمعلومات عن مدى تقدمه في إنجاز أحد الأهداف.
- **الحكم على الذات:** ويقصد به استجابة الأفراد عن طريق المقارنة المنظمة لأدائهم مع الأهداف المنشودة والمراد تحقيقها.
- **رد فعل الذات:** ويحتوي على ثلاث ردود أفعال هي:

- **رد الفعل الذاتي السلوكي:** ويسعى فيه الفرد للبحث عن الاستجابة التعليمية النوعية التي تحقق أهدافه، لترك الأثر المُرضي في نفسه.
- **رد الفعل الذاتي الشخصي:** ويبحث فيه الفرد عن استراتيجيات ترفع من فعاليته الشخصية أثناء عملية التعلم.
- **رد الفعل الذاتي البيئي:** وهنا يبحث الفرد عن أفضل الظروف البيئة المناسبة لعملية التعلم.

(Bandura, 1977, p.84)

3-9- المجموعة الثالثة: التأثيرات البيئية

لقد أكد **باندورا Bandura (1977)** على موضوع النمذجة والصور المختلفة في تغيير إدراك المتعلم لفعالية ذاته مؤكدا على الوسائل المرئية، ومنها التلفاز، وأن تأثير النمذجة الرمزية يكون لها أثرا كبيرا في اعتقادات الفعالية بسبب الاسترجاع المعرفي، وأن هناك خصائص متعلقة بالنموذج، ولها تأثير في فعالية الذات:

- **خاصية التشابه:** وتقوم على خصائص محددة، مثل: الجنس، العمر، المستويات التربوية، والمتغيرات البيئية.
- **التنوع في النموذج:** وتعني عرض نماذج متعددة من المهارة وهذا أفضل من عرض نموذج واحد فقط، وبالتالي يكون تأثيرها أقوى في رفع الاعتقاد بفعالية الذات. **(Bandura, 1977, p.91)**

لقد تم التعرف على العوامل المؤثرة في فعالية الذات وما تحويه من تفاصيل مثيرة للاهتمام، فمن الملاحظ أن هذه المجموعات الثلاث ماهي الا مكونات النظرية المعرفية الاجتماعية مع كثير من التفاصيل التي لم تذكر من قبل، فبالنسبة للمجموعة الأولى ما هو مهم كطريقة اكتساب المعارف وتخزينها، وعمليات المعالجة واتخاذ القرارات، والوصول للإشباع والرضا النفسي، إضافة الى صعوبات التنظيم والقلق؛ كلها تعبر عن المخططات المبكرة غير المتكيفة من حيث مكوناتها وطريقة عملها، وحتى بالنسبة للمجموعة الثانية فإن نظرية المخططات ترى سلوك الفرد ليس جزءا من المخطط نفسه، بل يتطور استجابة لمخطط ما؛ أما بالنسبة للتأثيرات البيئية التي يتعلم منها الفرد تتوافق أيضا مع المخططات التي تتشكل تبعا للنماذج التربوية المتوفرة في محيطه العائلي منذ الصغر. هذا المحيط العائلي له أهمية كبيرة في فهم كيفية تشكل الفعالية الذاتية منذ الطفولة المبكرة.

10-المحيط العائلي وتطور الفعالية الذاتية

يكتسب الأطفال المعرفة الذاتية لقدراتهم من خلال توسيع المجالات الوظيفية وتمديد التواصل مع محيطهم. عليهم أن يطوروا، ويقيموا، ويختبروا استعداداتهم الفيزيائية، وقدراتهم الاجتماعية، اللسانية والمعرفية، لفهم وإدارة مختلف المواقف التي يواجهونها يوميا. تطور القدرات الحسية الحركية وتوسع بقدر كبير المحيط المتاح للرضيع إضافة لوسائل رد الفعل عليه. هذه الممارسات الاستكشافية والألعاب المبكرة، التي تشغل جزءا كبيرا من ساعات الاستفاقة للصغير، تعطيه فرص توسيع وتحسين استعداداته الأساسية.

أثناء تطور القدرات خلال هذه الفترة الأولية من عدم النضج، أهم شيء في رضا الأطفال الصغار ورفاهيتهم أن يكون عن طريق توسط الكبار. يعتمد الأطفال حديثي الولادة على الآخرين لإطعامهم، وكسوتهم، وتهدئتهم، وتسليتهم، وتزويدهم بالألعاب من أجل استكشافهم للحيل. نظرًا لاعتمادهم الجسدي، يتعلم الأطفال الصغار بسرعة كيفية التأثير على تصرفات من يحيطون به، من خلال سلوكهم الاجتماعي واللفظي. تتضمن الكثير من هذه المعاملات ممارسة سيطرة قريبة؛ يقود الأطفال الصغار البالغين إلى تحقيق النتائج التي يريدونها التي لا يستطيعون تحقيقها بأنفسهم. تعد تجارب الفعالية الذاتية في ممارسة التحكم الشخصي ضرورية للتطوير المبكر للفعالية الاجتماعية والمعرفية. الآباء الذين يتقبلون السلوك التواصلي الخاص بأطفالهم والذي يخلق فرصًا للعمل الفعال من خلال تزويدهم ببيئة مادية غنية، حرية الاستكشاف والتجارب المتنوعة للإتقان، تجعل الأطفال يتقدمون في حياتهم الاجتماعية واللغوية والمعرفية. **(Bandura, 2003, p.255)**

يظهر جليا مدى أهمية المرحلة المبكرة من الطفولة في تطور الفعالية الذاتية من خلال ردات الفعل التي يبديها الأولياء مع أطفالهم ومدى توفيرهم لبيئة غنية تطور مهاراتهم الحسية الحركية عن طريق

التجربة والنمذجة، كل هذا ينعكس على مستقبل فعاليتهم الذاتية ومدى اكتسابهم للمهارات وقدرتهم على التعلم. بعد الاطلاع على المحتوى النظري لهذا الفصل لابد من تحويل كل ما سبق من تفاصيل كيفية الى درجات كمية تمثل هذه السمة من خلال مجموعة من الأبعاد.

11-أبعاد فعالية الذات

تعتبر الأبعاد المقترحة من طرف **باندورا Bandura** كغيرها من الأبعاد همزة وصل تنقل وتوحد المفاهيم النظرية من تعاريف ومصادر وخصائص وغيرها الى مفاهيم أكثر قابلية للقياس بحيث ينفرد كل بعد بقياس مدى وجود الفعالية الذاتية عند الفرد، وقد حددها في ثلاثة أبعاد تتغير فعالية الذات تبعا لها وهي:

11-1- سعة الفعالية (Magnitude)

يذكر **باندورا Bandura (1997)** في هذا الصدد أن طبيعة التحديات التي تواجه الفعالية الشخصية يمكن الحكم عليها بمختلف الوسائل مثل: مستوى الإتقان وبذل الجهد، الدقة والإنتاجية، والتنظيم الذاتي المطلوب، فمن خلال التنظيم الذاتي فإن القضية لم تعد أن فردا يمكن أن ينجز عملا ما عن طريق الصدفة، ولكن فعالية الفرد هي التي تدفعه لينجز بنفسه وبطريقة منظمة، من خلال مواجهة مختلف حالات العدول عن الأداء. **(Bandura, 1997, pp.43-44)**

ويرى **الزيات 2001** أن سعة الفعالية لدى الأفراد تتباين بتباين عوامل عديدة أهمها: مستوى الإبداع أو المهارة، مدى تحمل الإجهاد، مستوى الدقة والإنتاجية، مدى تحمل الضغوط والضبط الذاتي المطلوب. ومن المهم هنا أن تعكس اعتقادات الفرد وتقديره لذاته بأن لديه قدر من الفعالية يمكنه من أداء ما يوكل إليه أو يكلف به دائما وليس أحيانا. **(الزيات فتحي، 2001، ص.491)**

11-2- التعميم (Generality)

وتعني انتقال توقعات الفعالية من موقف إلى مواقف مشابهة، فالأفراد غالبا ما يعممون إحساسهم بالفعالية في المواقف المشابهة للمواقف التي يتعرضون لها. **(Bandura, 1986, p.53)**

وفي هذا الصدد، فإن العمومية تحدد من خلال مجالات الأنشطة المتسعة في مقابل المجالات المحددة، وأنها تختلف باختلاف عدد من الأبعاد مثل: درجة تشابه الأنشطة، والطرق التي تعبر بها عن الإمكانات أو القدرات السلوكية، المعرفية والوجدانية، ومن خلال التفسيرات الوصفية للمواقف، وخصائص الشخص المتعلقة بالسلوك الموجه. **(سهيل يوسف، 2016، ص.37)**

11-3- القوة أو الشدة (Strength)

بين **باندورا Bandura (1997)** أن قوة الشعور بالفعالية الذاتية تعبر عن المثابرة العالية والقدرة المرتفعة التي تمكن الفرد من اختيار الأنشطة التي سوف تؤدى بنجاح، كما يشير أيضا أن في حالة التنظيم الذاتي للفعالية فإن الأفراد سوف يحكمون على ثقتهم في أنهم يمكنهم أداء النشاط بشكل منظم في فترات زمنية محددة، فالمعتقدات الضعيفة عن الفعالية تجعل الفرد أكثر قابلية للتأثر بما يلاحظه مثل ملاحظة فرد يفشل في انجاز مهمة ما أو يكون أداؤه ضعيفا فيها. **(Bandura, 1997, p.45)**

ويشير أيضا هذا البعد إلى عمق الإحساس بالفعالية الذاتية، بمعنى قدرة أو شدة أو عمق اعتقاد أو إدراك الفرد أن بإمكانه أداء المهام أو الأنشطة موضوع القياس، ويتدرج بعد القوة أو الشدة على متصل ما بين قوي جدا إلى ضعيف جدا. **(الزيات، 2001، ص.510)**

وأشار **باندورا Bandura (1997)** إلى أن القوة تتحدد حسب خبرة الفرد ومدى تناسبها مع الموقف، وأن الفرد الذي يملك توقعات عالية يمكنه المثابرة في العمل، وبذل الجهد أكثر في مواجهة المواقف الشاقة. **(Bandura, 1997, p.198)**

إن كل بعد من الأبعاد السابقة يحمل في طياته ما يعبر به عن الفعالية الذاتية بشكل أكثر عملي وملموس وواضح، فيلاحظ أن السعة مثلا تمثل مدى وجود الجهد والدقة والتنظيم عند الفرد، أما التعميم فيعبر عن مدى انتشار فعالية الذات لدى الفرد في انتقالها بين النشاطات المتنوعة، وأخيرا تدل الشدة والقوة على مدى عمق الاعتقاد والادراك للإمكانات التي يتمتع بها الفرد؛ ان الدرجات الكمية التي يتم الحصول عليها عن طريق المقياس لابد من التأكد من صلاحيه وصدق وثبات مؤشراته في الفصل المنهجي الخاص بهذه الدراسة.

خلاصة الفصل

بعد الاطلاع على أعمال **باندورا Bandora** التي حاول فيها الوصول الى نظرية أكثر شمولية في تفسير الفعالية البشرية، تم انتقاء أهم العناصر بإيجاز لإعطاء نظرة واضحة على الفعالية الذاتية، لكن الملاحظ تركيزه كثيرا على العوامل الشخصية ومن أهمها المعتقدات الخاصة بالفعالية، دون أن يهمل العوامل البيئية والسلوكية، التي تجتمع كلها تحت مسمى السببية الثلاثية المتبادلة (فرد، سلوك، بيئة)، ليلقي بالضوء على ما اصطلح عليه بالعلبة السوداء ويتجاوز البراديقم السلوكي خاصة مع انتشاره في تلك الحقبة. الملاحظ أيضا وجود معتقدات الفعالية في كل العناصر الواردة في هذا الفصل، حيث ذكر في تعريفه أنها اعتقاد الفرد حول قدرته على تنظيم وتنفيذ أعمال معينة...، لتدل أنها مسؤولة عن تنفيذ الأعمال مقارنة بالمفاهيم الأخرى مثل معتقدات القيمة في مفهوم الذات وتقدير الذات، أما في النظرية المعرفية الاجتماعية فتلعب معتقدات الفعالية الذاتية دورا مهما في اكتساب هياكل المعرفة التي تستند اليها المهارات إضافة لتنظيم طرق التحفيز، كما تعد أيضا مصدرا للوكالة فهي لا تتحقق بشكل كامل إلا من خلال معتقدات الفعالية؛ تعددت مصادر الفعالية لكن ثلاثة منها لها علاقة بمعتقدات الفعالية من حيث زيادة المثابرة والمواجهة والتعافي من النكسات، أو تعزيز المعتقدات غير الواقعية للقدرات التي تجذب الإخفاقات، فلها تأثيرات إيجابية وسلبية تنعكس بطريقة غير مباشرة على خصائص الفعالية المرتفعة والمنخفضة، وعلى الأنواع أيضا.

ولأهمية هذا المصطلح نجد أن العديد من العلماء قد اهتموا به وحاولوا إعطاء مقاربات نظرية مفسرة تكرر فيها استخدام التوقعات في فهم كيفية عمل الفعالية الذاتية، وبعد الترجيح بينهما مالت الكفة لصالح المعتقدات. ويختم هذا الفصل بتدقيق دور تأثير العوامل خاصة البيئية سواء فالحاضر أو في سياقها التطوري انطلاقا من المحيط العائلي المكون للمعتقدات، كل ما سبق يدل على تكامل هذه النظرية وضرورة الانتقال الى تطبيقها انطلاقا من الأبعاد.

الإطار الميداني للبحث

الفصل الثالث:

الإجراءات المنهجية للبحث

تمهيد

بعد الاطلاع على الجانب النظري وتبيان المعارف الخاصة بمتغيرات البحث، لابد أن يكمله الجانب الميداني الذي يعد ركيزة البحث العلمي، ذلك لأن النتائج المتوصل إليها تتوقف على الدقة وموضوعية الخطوات والإجراءات المتبعة، التي تثبت أو تنفي صحة الافتراضات من خلال تحويل معطيات كيفية إلى إحصاءات كمية أو أرقام حسابية. وللوصول لذلك يتبع الباحث مجموعة من الخطوات والقواعد لإضفاء الصيغة العلمية للبحث وهذا ما يتم تناوله في هذا الفصل بالإضافة إلى مجال الدراسة والعينة المستخدمة وخصائصها كما سيتناول الأدوات القياسية وخصائصها السيكومترية والأساليب الإحصائية التي تسمح بتحليل تلك البيانات المتحصل عليها من خلال مرحلتين أساسيتين، وهما الدراسة الاستطلاعية والدراسة الأساسية.

1- الدراسة الاستطلاعية

قبل الشروع في الجانب الميداني من الدراسة الأساسية والفصل في إجراءاته المنهجية، كان لابد من استطلاع الميدان والتأكد من صلاحية أدوات القياس ونجاعة طريقة التطبيق وظروفه لإدخال بعض التحسينات في الممارسات التطبيقية أثناء الدراسة الأساسية.

1-1- منهج الدراسة الاستطلاعية

استعمل الباحث في هذه الدراسة المنهج الوصفي وهو أحد أشكال التحليل والتفسير العلمي المنظم لوصف ظاهرة أو مشكلة محددة وتصويرها كميا عن طريق جمع البيانات والمعلومات المقننة ومن بين أهداف البحث الوصفي هو فهم الحاضر من أجل توجيه المستقبل. **(محمد ملحم، 2000)** وعليه تم اختيار هذا المنهج بهدف توجيه الدراسة الأساسية.

1-2- حدود الدراسة

1-2-1- المجال الزماني: امتدت الدراسة الاستطلاعية من 01 إلى غاية 30 جانفي للموسم الجامعي 2019-2020، تم خلال هذه الفترة التأكد من صلاحية أدوات الدراسة.

1-2-2- المجال المكاني: جامعة ابن خلدون تيارت.

1-3- خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية

تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من (100) طالب وطالبة سنة ثانية ماستر، من تخصصات مختلفة ينتمون الى جامعة ابن خلدون-تيارت-، ولم يجد الباحث ضرورة في ذكر نسب التخصصات والجنس.

1-4- أهداف الدراسة الاستطلاعية

رمت الدراسة الاستطلاعية إلى الأهداف التالية:

أولا: معرفة مدى صلاحية الأدوات المستعملة في الدراسة عن طريق الصدق والثبات.

ثانيا: لقد قام الباحث بالدراسة الاستطلاعية عن طريق تطبيق المقاييس الالكترونية والورقية لمعرفة أيهما أكثر مصداقية وسرعة في الوصول للعينة، من أجل استعمال أفضل طريقة في الدراسة الأساسية.

ثالثا: ملاحظة تفاعل الطلبة مع أدوات القياس من أجل تحسين إجراءات التطبيق.

رابعا: التأكد من فهم أفراد العينة لبنود المقاييس.

خامسا: تحديد الزمن الكافي للإجابة على المقاييس واعتماد ذلك في الدراسة الأساسية.

1-5- أدوات جمع بيانات الدراسة الاستطلاعية

- مقياس المخططات المبكرة غير المتكيفة
- مقياس الفعالية الذاتية

اعتمد الباحث في عملية توزيع المقاييس على طريقتين، الأولى هي طلب من بعض مسيري مجموعات التواصل الاجتماعي فايسبوك الخاصة بالطلبة، نشر رابط المقاييس من أجل الإجابة عنها عن بعد. أما الثانية هي عن طريق المقاييس الورقية حيث تم توزيعها من طرف الباحث مباشرة.

1-6- أدوات تحليل البيانات

تم تطبيق برنامج الإحصاء الخاص بالعلوم الاجتماعية SPSS، باستخدام الحاسوب.

1-7- النتائج المتحصل عليها من الدراسة الاستطلاعية

أولا: بعد تطبيق مقياس المخططات المبكرة غير المتكيفة ومقياس الفعالية الذاتية على عينة عددها (100) طالب وطالبة، وبعد جمع المعطيات وتفريغها تم التأكد من صلاحية أدوات القياس كما يلي:

- **مقياس المخططات المعرفية**

-حساب الصدق:

- الاتساق الداخلي:

تم حساب صدق هذا المقياس عن طريق حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه ثم بين درجة كل محور بالدرجة الكلية للمقياس ككل، كما يلي:

الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية لمحور الحرمان العاطفي:

تم تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية لمحور (الحرمان العاطفي) بمعامل الارتباط بيرسون كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (6) مصفوفة ارتباطات فقرات محور الحرمان العاطفي مع درجته الكلية

الفقرات	معامل الارتباط
الفقرة 1	0.830**
الفقرة 2	0.725**
الفقرة 3	0.606**
الفقرة 4	0.726**
الفقرة 5	0.615**
الفقرات الدالة **	

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى قيم معامل الارتباط بيرسون نلاحظ أنها جاءت كلها دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.01) وعددها (05) فقرات حيث تراوحت قيم الارتباط فيها ما بين (0,83) كأعلى ارتباط كان بين الفقرة (1) والدرجة الكلية للمحور ككل و(0,60) كأدنى ارتباط كان بين الفقرة (3) والدرجة الكلية لمحور ككل، وعموما يمكن القول بأن المحور الأول (الحرمان العاطفي) صادق لأن كل فقراته تتسق فيما بينها وبين المحور التي هي فيه.

الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية لمحور الإهمال:

تم تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية لمحور (الإهمال) بمعامل الارتباط بيرسون كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (7) مصفوفة ارتباطات فقرات محور الإهمال مع درجته الكلية

الفقرات	معامل الارتباط
الفقرة 1	0.710**
الفقرة 2	0.708**
الفقرة 3	0.758**
الفقرة 4	0.647**
الفقرة 5	0.583**
الفقرات الدالة **	

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى قيم معامل الارتباط بيرسون نلاحظ أنها جاءت كلها دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.01) وعددها (05) فقرات حيث تراوحت قيم الارتباط فيها ما بين (0,71) كأعلى ارتباط كان بين الفقرة (1) والدرجة الكلية للمحور ككل و(0,58) كأدنى ارتباط كان بين الفقرة (5) والدرجة الكلية لمحور ككل، وعموما يمكن القول بأن المحور الثاني (الإهمال) صادق لأن كل فقراته تتسق فيما بينها وبين المحور التي هي فيه.

الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية لمحور الشك

تم تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية لمحور (الشك) بمعامل الارتباط بيرسون كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (8) مصفوفة ارتباطات فقرات محور الشك مع درجته الكلية

الفقرات	معامل الارتباط
الفقرة 1	0.559**
الفقرة 2	0.764**
الفقرة 3	0.756**
الفقرة 4	0.724**
الفقرة 5	0.670**
الفقرات الدالة **	

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى قيم معامل الارتباط بيرسون نلاحظ أنها جاءت كلها دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.01) وعددها (05) فقرات حيث تراوحت قيم الارتباط فيها ما بين (0,76) كأعلى ارتباط كان بين الفقرة (2) والدرجة الكلية للمحور ككل و(0,55) كأدنى ارتباط كان بين الفقرة (1) والدرجة الكلية لمحور ككل، وعموما يمكن القول بأن المحور الثالث (الشك) صادق لأن كل فقراته تتسق فيما بينها وبين المحور التي هي فيه.

الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية لمحور الانعزال

تم تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية لمحور (الانعزال) بمعامل الارتباط بيرسون كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (9) مصفوفة ارتباطات فقرات محو الإنعزال مع درجته الكلية

الفقرات	معامل الارتباط
الفقرة 1	0.608**
الفقرة 2	0.603**
الفقرة 3	0.726**
الفقرة 4	0.780**
الفقرة 5	0.675**
الفقرات الدالة **	

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى قيم معامل الارتباط بيرسون نلاحظ أنها جاءت كلها دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.01) وعددها (05) فقرات حيث تراوحت قيم الارتباط فيها ما بين (0,78) كأعلى ارتباط كان بين الفقرة (4) والدرجة الكلية للمحور ككل و(0,60) كأدنى ارتباط كان بين الفقرة (2) والدرجة الكلية لمحور ككل، وعموما يمكن القول بأن المحور الرابع (الانعزال) صادق لأن كل فقراته تتسق فيما بينها وبين المحور التي هي فيه.

الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية لمحور عدم الإتقان

تم تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية لمحور (عدم الإتقان) بمعامل الارتباط بيرسون كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (10) مصفوفة ارتباطات فقرات محور عدم الإتقان مع درجته الكلية

الفقرات	معامل الارتباط
الفقرة 1	0.716**
الفقرة 2	0.735**
الفقرة 3	0.673**
الفقرة 4	0.817**
الفقرة 5	0.709**
الفقرات الدالة **	

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى قيم معامل الارتباط بيرسون نلاحظ أنها جاءت كلها دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.01) وعددها (05) فقرات حيث تراوحت قيم الارتباط فيها ما بين (0,81) كأعلى ارتباط كان بين الفقرة (4) والدرجة الكلية للمحور ككل و(0,67) كأدنى ارتباط كان بين الفقرة (3) والدرجة الكلية لمحور ككل، وعموما يمكن القول بأن المحور الخامس (عدم الإتقان) صادق لأن كل فقراته تتسق فيما بينها وبين المحور التي هي فيه.

الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية لمحور الفشل

تم تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية لمحور (الفشل) بمعامل الارتباط بيرسون كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (11) مصفوفة ارتباطات فقرات محور الفشل مع درجته الكلية

الفقرات	معامل الارتباط
الفقرة 1	0.724**
الفقرة 2	0.675**
الفقرة 3	0.803**
الفقرة 4	0.833**
الفقرة 5	0.790**
الفقرات الدالة **	

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى قيم معامل الارتباط بيرسون نلاحظ أنها جاءت كلها دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.01) وعددها (05) فقرات حيث تراوحت قيم الارتباط فيها ما بين (0,83) كأعلى ارتباط كان بين الفقرة (4) والدرجة الكلية للمحور ككل و(0,67) كأدنى ارتباط كان بين الفقرة (2) والدرجة الكلية لمحور ككل، وعموما يمكن القول بأن المحور السادس (الفشل) صادق لأن كل فقراته تتسق فيما بينها وبين المحور التي هي فيه.

الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية لمحور التبعية

تم تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية لمحور (التبعية) بمعامل الارتباط بيرسون كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (12) مصفوفة ارتباطات فقرات محور التبعية مع درجته الكلية

الفقرات	معامل الارتباط
الفقرة 1	0.830**
الفقرة 2	0.718**
الفقرة 3	0.818**
الفقرة 4	0.746**
الفقرة 5	0.716**
الفقرات الدالة **	

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى قيم معامل الارتباط بيرسون نلاحظ أنها جاءت كلها دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.01) وعددها (05) فقرات حيث تراوحت قيم الارتباط فيها ما بين (0,83) كأعلى ارتباط كان بين الفقرة (1) والدرجة الكلية للمحور ككل و(0,71) كأدنى ارتباط كان بين الفقرة (5) والدرجة الكلية لمحور ككل، وعموما يمكن القول بأن المحور السابع (التبعية) صادق لأن كل فقراته تتسق فيما بينها وبين المحور التي هي فيه.

الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية لمحور القابلية للانجراح

تم تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية لمحور (القابلية للانجراح) بمعامل الارتباط بيرسون كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (13) مصفوفة ارتباطات فقرات محور القابلية للانجراح مع درجته الكلية

الفقرات	معامل الارتباط
الفقرة 1	0.708**
الفقرة 2	0.845**
الفقرة 3	0.737**
الفقرة 4	0.600**
الفقرة 5	0.716**
الفقرات الدالة **	

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى قيم معامل الارتباط بيرسون نلاحظ أنها جاءت كلها دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.01) وعددها (05) فقرات حيث تراوحت قيم الارتباط فيها ما بين (0,84) كأعلى ارتباط كان بين الفقرة (2) والدرجة الكلية للمحور ككل و(0,60) كأدنى ارتباط كان بين الفقرة (4) والدرجة الكلية لمحور ككل، وعموما يمكن القول بأن المحور الثامن (القابلية للانجراح) صادق لأن كل فقراته تتسق فيما بينها وبين المحور التي هي فيه.

الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية لمحور العلاقات المدمجة

تم تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية لمحور (العلاقات المدمجة) بمعامل الارتباط بيرسون كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (14) مصفوفة ارتباطات فقرات محور العلاقات المدمجة مع درجته الكلية

الفقرات	معامل الارتباط
الفقرة 1	0.706**
الفقرة 2	0.646**
الفقرة 3	0.599**
الفقرة 4	0.814**
الفقرة 5	0.502**
الفقرات الدالة **	

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى قيم معامل الارتباط بيرسون نلاحظ أنها جاءت كلها دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.01) وعددها (05) فقرات حيث تراوحت قيم الارتباط فيها ما بين (0,81) كأعلى ارتباط كان بين الفقرة (4) والدرجة الكلية للمحور ككل و(0,50) كأدنى ارتباط كان بين الفقرة (5) والدرجة الكلية لمحور ككل، وعموما يمكن القول بأن المحور التاسع (العلاقات المدمجة) صادق لأن كل فقراته تتسق فيما بينها وبين المحور التي هي فيه.

الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية لمحور الخضوع

تم تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية لمحور (الخضوع) بمعامل الارتباط بيرسون كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (15) مصفوفة ارتباطات فقرات محور الخضوع مع درجته الكلية

الفقرات	معامل الارتباط
الفقرة 1	0.616**
الفقرة 2	0.658**
الفقرة 3	0.710**
الفقرة 4	0.758**
الفقرة 5	0.748**
الفقرات الدالة **	

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى قيم معامل الارتباط بيرسون نلاحظ أنها جاءت كلها دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.01) وعددها (05) فقرات حيث تراوحت قيم الارتباط فيها ما بين (0,75) كأعلى ارتباط كان بين الفقرة (4) والدرجة الكلية للمحور ككل و(0,61) كأدنى ارتباط كان بين الفقرة (1) والدرجة الكلية لمحور ككل، وعموما يمكن القول بأن المحور العاشر (الخضوع) صادق لأن كل فقراته تتسق فيما بينها وبين المحور التي هي فيه.

الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية لمحور التضحية

تم تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية لمحور (التضحية) بمعامل الارتباط بيرسون كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (16) مصفوفة ارتباطات فقرات محور التضحية مع درجته الكلية

الفقرات	معامل الارتباط
الفقرة 1	0.745**
الفقرة 2	0.811**
الفقرة 3	0.754**
الفقرة 4	0.693**
الفقرة 5	0.697**
الفقرات الدالة **	

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى قيم معامل الارتباط بيرسون نلاحظ أنها جاءت كلها دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.01) وعددها (05) فقرات حيث تراوحت قيم الارتباط فيها ما بين (0,81) كأعلى ارتباط كان بين الفقرة (2) والدرجة الكلية للمحور ككل و(0,69) كأدنى ارتباط كان بين الفقرة (5) والدرجة الكلية لمحور ككل، وعموما يمكن القول بأن المحور الحادي عشر (التضحية) صادق لأن كل فقراته تتسق فيما بينها وبين المحور التي هي فيه.

الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية لمحور التحكم الانفعالي

تم تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية لمحور (التحكم الانفعالي) بمعامل الارتباط بيرسون كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (17) مصفوفة ارتباطات فقرات محور التحكم الانفعالي مع درجته الكلية

الفقرات	معامل الارتباط
الفقرة 1	0.725**
الفقرة 2	0.743**
الفقرة 3	0.448**
الفقرة 4	0.645**
الفقرة 5	0.735**
الفقرات الدالة **	

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى قيم معامل الارتباط بيرسون نلاحظ أنها جاءت كلها دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.01) وعددها (05) فقرات حيث تراوحت قيم الارتباط فيها ما بين (0,74) كأعلى ارتباط كان بين الفقرة (2) والدرجة الكلية للمحور ككل و(0,44) كأدنى ارتباط كان بين الفقرة (3) والدرجة الكلية لمحور ككل، وعموما يمكن القول بأن المحور الثاني عشر (التحكم الانفعالي) صادق لأن كل فقراته تتسق فيما بينها وبين المحور التي هي فيه.

الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية لمحور المتطلبات العالية

تم تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية لمحور (المتطلبات العالية) بمعامل الارتباط بيرسون كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (18) مصفوفة ارتباطات فقرات محور المتطلبات العالية مع درجته الكلية

الفقرات	معامل الارتباط
الفقرة 1	0.746**
الفقرة 2	0.827**
الفقرة 3	0.737**
الفقرة 4	0.721**
الفقرة 5	0.404**
الفقرات الدالة **	

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى قيم معامل الارتباط بيرسون نلاحظ أنها جاءت كلها دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.01) وعددها (05) فقرات حيث تراوحت قيم الارتباط فيها ما بين (0,82) كأعلى ارتباط كان بين الفقرة (2) والدرجة الكلية للمحور ككل و(0,40) كأدنى ارتباط كان بين الفقرة (5) والدرجة الكلية لمحور ككل، وعموما يمكن القول بأن المحور الثالث عشر (المتطلبات العالية) صادق لأن كل فقراته تتسق فيما بينها وبين المحور التي هي فيه.

الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية لمحور السيطرة

تم تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية لمحور (السيطرة) بمعامل الارتباط بيرسون كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (19) مصفوفة ارتباطات فقرات محور السيطرة مع درجته الكلية

الفقرات	معامل الارتباط
الفقرة 1	0.662**
الفقرة 2	0.677**
الفقرة 3	0.691**
الفقرة 4	0.690**
الفقرة 5	0.742**
الفقرات الدالة **	

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى قيم معامل الارتباط بيرسون نلاحظ أنها جاءت كلها دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.01) وعددها (05) فقرات حيث تراوحت قيم الارتباط فيها ما بين (0,74) كأعلى ارتباط كان بين الفقرة (5) والدرجة الكلية للمحور ككل و(0,66) كأدنى ارتباط كان بين الفقرة (1) والدرجة الكلية لمحور ككل، وعموما يمكن القول بأن المحور الرابع عشر (السيطرة) صادق لأن كل فقراته تتسق فيما بينها وبين المحور التي هي فيه.

الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية لمحور نقص التحكم

تم تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية لمحور (نقص التحكم) بمعامل الارتباط بيرسون كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (20) مصفوفة ارتباطات فقرات محور نقص التحكم مع درجته الكلية

الفقرات	معامل الارتباط
الفقرة 1	0.672**
الفقرة 2	0.628**
الفقرة 3	0.611**
الفقرة 4	0.606**
الفقرة 5	0.701**
الفقرات الدالة **	

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى قيم معامل الارتباط بيرسون نلاحظ أنها جاءت كلها دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.01) وعددها (05) فقرات حيث تراوحت قيم الارتباط فيها ما بين (0,70) كأعلى ارتباط كان بين الفقرة (5) والدرجة الكلية للمحور ككل و(0,60) كأدنى ارتباط كان بين الفقرة (4) والدرجة الكلية لمحور ككل، وعموما يمكن القول بأن المحور الخامس عشر (نقص التحكم) صادق لأن كل فقراته تتسق فيما بينها وبين المحور التي هي فيه.

- **الارتباط بين الدرجة الكلية للمحاور بالدرجة الكلية للمقياس ككل**

تم حساب صدق هذا الاستبيان عن طريق حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل جزء من الاستبيان بالدرجة الكلية له، كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (21) مصفوفة ارتباطات محاور مقياس المخططات المعرفية مع درجته الكلية

المحاور	معامل الارتباط	المحاور	معامل الارتباط
المحور الاول (الحرمان العاطفي)	0.624**	**المحور الثامن (القابلية للانجراح)**	0.674**
المحور الثاني (الإهمال)	0.728**	**المحور التاسع (العلاقات المدمجة)**	0.539**
المحور الثالث (الشك)	0.595**	**المحور العاشر(الخضوع)**	0.619**
المحور الرابع (الانعزال)	0.614**	**المحور الحادي عشر (التضحية)**	0.436**
المحور الخامس (عدم الاتقان)	0.534**	**المحور الثاني عشر (التحكم الانفعالي)**	0.712**
المحور السادس(الفشل)	0.553**	**المحور الثالث عشر (المتطلبات العالية)**	0.472**
المحور السابع (التبعية)	0.527**	**المحور الرابع عشر(السيطرة)**	0.562**
المحور الخامس عشر(نقص التحكم)	0.647**	**الإرتباط دال عند (0.01)****	

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى قيم معامل الارتباط بيرسون نلاحظ أنها جاءت كلها دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.01) حيث قدر معامل الارتباط بيرسون بين المحور الأول والدرجة الكلية للمقياس ككل (0.62)، وبالنسبة لارتباط المحور الثاني مع الدرجة الكلية للمقياس ككل

(0.72)، وبالنسبة لارتباط المحور الثالث مع الدرجة الكلية للمقياس ككل (0.59)، وبالنسبة لارتباط المحور الرابع مع الدرجة الكلية للمقياس ككل (0.61)، وبالنسبة لارتباط المحور الخامس مع الدرجة الكلية للمقياس ككل (0.53)، وبالنسبة لارتباط المحور السادس مع الدرجة الكلية للمقياس ككل (0.55)، وبالنسبة لارتباط المحور السابع مع الدرجة الكلية للمقياس ككل (0.52)، وبالنسبة لارتباط المحور الثامن مع الدرجة الكلية للمقياس ككل (0.67)، وبالنسبة لارتباط المحور التاسع مع الدرجة الكلية للمقياس ككل (0.53)، وبالنسبة لارتباط المحور العاشر مع الدرجة الكلية للمقياس ككل (0.61)، وبالنسبة لارتباط المحور الحادي عشر مع الدرجة الكلية للمقياس ككل (0.43)، وبالنسبة لارتباط المحور الثاني عشر مع الدرجة الكلية للمقياس ككل (0.71)، وبالنسبة لارتباط المحور الثالث عشر مع الدرجة الكلية للمقياس ككل (0.47)، وبالنسبة لارتباط المحور الرابع عشر مع الدرجة الكلية للمقياس ككل (0.56)، وبالنسبة لارتباط المحور الخامس عشر مع الدرجة الكلية للمقياس ككل (0.64)، ونلاحظ أن كل القيم جاءت موجبة وقوية، وعليه يمكن القول بأن هذا المقياس صادق لأن كل محاوره تتسق فيما بينها وبين درجة المقياس ككل.

-حساب الثبات

-التناسق الداخلي (ألفا كرونباخ)

تم حساب ثبات هذا المقياس بطريقة التناسق الداخلي بمعامل ألفا كرونباخ والتي تقوم على أساس تقدير معدل إرتباطات العبارات فيما بينها لكل إختبار على حدة كما هو موضح بالجدول التالي:

الجدول رقم (22) ثبات مقياس المخططات المعرفية عن طريق ألفا كرونباخ

المحاور	معامل ألفا كرونباخ	عدد العبارات
المحور الاول (الحرمان العاطفي)	0.776	05
المحور الثاني (الإهمال)	0.771	05
المحور الثالث (الشك)	0.776	05
المحور الرابع (الانعزال)	0.768	05
المحور الخامس (عدم الاتقان)	0.787	05
المحور السادس(الفشل)	0.798	05
المحور السابع (التبعية)	0.797	05
المحور الثامن (القابلية للانجراح)	0.786	05
المحور التاسع (العلاقات المدمجة)	0.761	05
المحور العاشر(الخضوع)	0.773	05
المحور الحادي عشر (التضحية)	0.790	05
المحور الثاني عشر (التحكم الانفعالي)	0.764	05
المحور الثالث عشر (المتطلبات العالية)	0.776	05
المحور الرابع عشر(السيطرة)	0.774	05
المحور الخامس عشر(نقص التحكم)	0.755	05
المقياس ككل	0.724	75

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى قيم معامل ألفا كرونباخ والذي قدر بالنسبة للمحور الاول "الحرمان العاطفي" (0.76)، وبالنسبة للمحور الثاني " الإهمال " (0.77)، وبالنسبة للمحور الثالث " الشك " (0.77)، وبالنسبة للمحور الرابع " الإنعزال" (0.76)، وبالنسبة للمحور الخامس " عدم الإتقان " (0.78)، وبالنسبة للمحور السادس " الفشل " (0.79)، وبالنسبة للمحور السابع " التبعية " (0.79)، وبالنسبة للمحور الثامن " القابلية للانجراح " (0.78)، وبالنسبة للمحور التاسع " العلاقات المدمجة "

(0.76)، وبالنسبة للمحور العاشر " الخضوع " (0.77)، وبالنسبة للمحور الحادي عشر " التضحية " (0.79)، وبالنسبة للمحور الثاني عشر " التحكم الانفعالي " (0.76)، وبالنسبة للمحور الثالث العاشر " المتطلبات العالية " (0.77)، وبالنسبة للمحور الرابع عشر " السيطرة " (0.77)، وبالنسبة للمحور الخامس عشر " نقص التحكم " (0.75)، وبالنسبة للمقياس ككل بلغ (0.72)، يمكن القول بأنها قيم تدل على أن هذا المقياس يتمتع بالثبات عالي، حيث نلاحظ أن كل القيم موجبة وأن هناك إنسجام وترابط بين عبارات هذا المقياس يكاد يصل إلى الارتباط التام (1).

-التجزئة النصفية لمقياس المخططات المعرفية

تعتمد هذه الطريقة على تطبيق الاختبار مرة واحدة حيث يتم تقييمه إلى نصفين متكافئين، وتستخدم درجة النصفين لحساب معامل الارتباط بينهما فنتج معامل ثبات نصف الاختبار وذلك باستخدام معادلة سبيرمان براون، وهذا للتأكد من النتائج.

الجدول رقم (23) درجة الثبات عن طريق التجزئة النصفية لمقياس المخططات المعرفية

المقياس	درجة الثبات
المخططات المعرفية	0.706

من خلال نتائج الجدول رقم (23) نلاحظ أن معامل الثبات عن طريق التجزئة النصفية **لمقياس المخططات المعرفية** قد بلغت 0.706 وهي قيمة مقبولة بالنسبة إلى (1) تجعل هذا المقياس ثابت ويمكننا الاعتماد على نتائجه.

- **مقياس الفعالية الذاتي**

- حساب الصدق

-الاتساق الداخلي

تم حساب صدق هذا المقياس عن طريق حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه ثم بين درجة كل محور بالدرجة الكلية للمقياس ككل، كما يلي:

الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية لمحور المبادرة:

تم تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية لمحور (المبادرة) بمعامل الارتباط بيرسون كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (24) مصفوفة ارتباطات فقرات محور المبادرة مع درجته الكلية

الفقرات	معامل الارتباط	الفقرات	معامل الارتباط	الفقرات	معامل الارتباط
الفقرة 1	0.711**	**الفقرة 4**	0.678**	**الفقرة 7**	0.683**
الفقرة 2	0.536**	**الفقرة 5**	0.564*	**الفقرة 8**	0.719**
الفقرة 3	0.660**	**الفقرة 6**	0.570**	**الفقرة 9**	0.680**
الفقرات الدالة **					

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى قيم معامل الارتباط بيرسون نلاحظ أنها جاءت كلها دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.01) وعددها (09) فقرات حيث تراوحت قيم الارتباط فيها ما بين (71,0) كأعلى ارتباط كان بين الفقرة (8) والدرجة الكلية للمحور ككل و(0,53) كأدنى ارتباط كان بين الفقرة (2) والدرجة الكلية لمحور ككل، وعموما يمكن القول بأن المحور الأول (المبادرة) صادق لأن كل فقراته تتسق فيما بينها وبين المحور التي هي فيه.

الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية لمحور المجهود

تم تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية لمحور (المجهود) بمعامل الارتباط بيرسون كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (25) مصفوفة ارتباطات فقرات محور المجهود مع درجته الكلية

الفقرات	معامل الارتباط	الفقرات	معامل الارتباط
الفقرة 1	0.646**	**الفقرة 5**	0.597**
الفقرة 2	0.745**	**الفقرة 6**	0.695**
الفقرة 3	0.648**	**الفقرة 7**	0.650**
الفقرة 4	0.463**	**الفقرة 8**	0.679**
الفقرات الدالة **			

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى قيم معامل الارتباط بيرسون نلاحظ أنها جاءت كلها دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.01) وعددها (08) فقرات حيث تراوحت قيم الارتباط فيها ما بين (0,74) كأعلى ارتباط كان بين الفقرة (2) والدرجة الكلية للمحور ككل و(0,46) كأدنى ارتباط كان بين الفقرة (4) والدرجة الكلية لمحور ككل، وعموما يمكن القول بأن المحور الثاني (المجهود) صادق لأن كل فقراته تتسق فيما بينها وبين المحور التي هي فيه.

الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية لمحور المثابرة

تم تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية لمحور (المثابرة) بمعامل الارتباط بيرسون كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (26) مصفوفة ارتباطات فقرات محور المثابرة مع درجته الكلية

الفقرات	معامل الارتباط	الفقرات	معامل الارتباط	الفقرات	معامل الارتباط
الفقرة 1	0.551**	**الفقرة 4**	0.741**	**الفقرة 7**	0.764**
الفقرة 2	0.667**	**الفقرة 5**	0.728*	**الفقرة 8**	0.741**
الفقرة 3	0.758**	**الفقرة 6**	0.690**	**الفقرة 9**	0.621**
الفقرة 10	0.754**	الفقرات الدالة **			

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى قيم معامل الارتباط بيرسون نلاحظ أنها جاءت كلها دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.01) وعددها (10) فقرات حيث تراوحت قيم الارتباط فيها ما بين (0,76) كأعلى ارتباط كان بين الفقرة (7) والدرجة الكلية للمحور ككل و(0,55) كأدنى ارتباط كان بين الفقرة (1) والدرجة الكلية لمحور ككل، وعموما يمكن القول بأن المحور الثالث (المثابرة) صادق لأن كل فقراته تتسق فيما بينها وبين المحور التي هي فيه.

الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية لمحور قدر الفعالية

تم تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية لمحور (قدر الفعالية) بمعامل الارتباط بيرسون كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (27) مصفوفة ارتباطات فقرات محور قدر الفعالية مع درجته الكلية

الفقرات	معامل الارتباط	الفقرات	معامل الارتباط	الفقرات	معامل الارتباط
الفقرة 1	0.795**	**الفقرة 4**	0.722**	**الفقرة 7**	0.801**
الفقرة 2	0.833**	**الفقرة 5**	0.816*	**الفقرة 8**	0.601**
الفقرة 3	0.636**	**الفقرة 6**	0.709**	**الفقرة 9**	0.506**
الفقرات الدالة **					

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى قيم معامل الارتباط بيرسون نلاحظ أنها جاءت كلها دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.01) وعددها (09) فقرات حيث تراوحت قيم الارتباط فيها ما بين (0,83) كأعلى ارتباط كان بين الفقرة (2) والدرجة الكلية للمحور ككل و(0,50) كأدنى ارتباط كان بين الفقرة (9) والدرجة الكلية لمحور ككل، وعموما يمكن القول بأن المحور الرابع (قدر الفعالية) صادق لأن كل فقراته تتسق فيما بينها وبين المحور التي هي فيه.

الارتباط بين الدرجة الكلية للمحاور بالدرجة الكلية للمقياس ككل

تم حساب صدق هذا الاستبيان عن طريق حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل جزء من الاستبيان بالدرجة الكلية له، كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (28) مصفوفة ارتباطات محاور مقياس الفعالية الذاتية مع درجته الكلية

المحاور	معامل الارتباط
المحور الاول (المبادرة)	0.859**
المحور الثاني (المجهود)	0.913**
المحور الثالث (المثابرة)	0.951**
المحور الرابع (قدر الفعالية)	0.909**
الإرتباط دال عند (0.01)**	

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى قيم معامل الارتباط بيرسون نلاحظ أنها جاءت كلها دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.01) حيث قدر معامل الارتباط بيرسون بين المحور الأول والدرجة الكلية للمقياس ككل (0.85)، وبالنسبة لارتباط المحور الثاني مع الدرجة الكلية للمقياس ككل (0.91)، وبالنسبة لارتباط المحور الثالث مع الدرجة الكلية للمقياس ككل (0.95)، وبالنسبة لارتباط المحور الرابع مع الدرجة الكلية للمقياس ككل (0.90)، ونلاحظ أن كل القيم جاءت موجبة وقوية، وعليه يمكن القول بأن هذا المقياس صادق لأن كل محاوره تتسق فيما بينها وبين درجة المقياس ككل.

-حساب الثبات

-التناسق الداخلي (ألفا كرونباخ)

تم حساب ثبات هذا المقياس بطريقة التناسق الداخلي بمعامل ألفا كرونباخ والتي تقوم على أساس تقدير معدل إرتباطات العبارات فيما بينها لكل إختبار على حدة كما هو موضح بالجدول التالي:

الجدول رقم (29) ثبات مقياس الفعالية الذاتية عن طريق ألفا كرونباخ

المحاور	معامل ألفا كرونباخ	عدد العبارات
المحور الأول (المبادرة)	0.729	09
المحور الثاني (المجهود)	0.755	08
المحور الثالث (المثابرة)	0.769	10
المحور الرابع (قدر الفعالية)	0.773	09
المقياس ككل	0.751	36

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى قيم معامل ألفا كرونباخ والذي قدر بالنسبة للمحور الاول "المبادرة" (0.72)، وبالنسبة للمحور الثاني " المجهود " (0.75)، وبالنسبة للمحور الثالث " المثابرة " (0.76)، وبالنسبة للمحور الرابع " قدر الفعالية " (0.77)، وبالنسبة للمقياس ككل بلغ (0.75)، يمكن القول بأنها قيم تدل على أن هذا المقياس يتمتع بالثبات عالي، حيث نلاحظ أن كل القيم موجبة وأن هناك إنسجام وترابط بين عبارات هذا المقياس يكاد يصل إلى الارتباط التام (1).

-التجزئة النصفية لمقياس الفعالية الذاتية

تعتمد هذه الطريقة على تطبيق الاختبار مرة واحدة حيث يتم تقسيمه إلى نصفين متكافئين، وتستخدم درجة النصفين لحساب معامل الارتباط بينهما فنتج معامل ثبات نصف الاختبار وذلك باستخدام معادلة سبيرمان براون، وهذا للتأكد من النتائج.

الجدول رقم (30) درجة الثبات عن طريق التجزئة النصفية لمقياس الفعالية الذاتية

المقياس	درجة الثبات
الفعالية الذاتية	0.701

من خلال نتائج الجدول رقم (30) نلاحظ أن معامل الثبات عن طريق التجزئة النصفية **لمقياس الفعالية الذاتية** قد بلغت 0.701 وهي قيمة مقبولة بالنسبة إلى (1) تجعل هذا المقياس ثابت ويمكننا الاعتماد على نتائجه.

اذن يمكن القول أن المقياسين صالحان ويمكن استعمالهما في الدراسة الأساسية دون أي تعديل.

ثانيا: لقد افترض الباحث أن المقاييس الالكترونية توصله لأكبر عدد ممكن من الطلبة، لكن بعد التطبيق (الكترونيا، وورقيا)، لاحظ الباحث عزوف الطلبة عن المقاييس الالكترونية، وإقبالهم على المقاييس الورقية. لذلك تم الغاء إجابات المقاييس الالكترونية والاحتفاظ بإجابات المقاييس الورقية في الدراسة الاستطلاعية.

ثالثا: بعد الاعتماد على المقاييس الالكترونية كانت هناك ردود سلبية من طرف الطلبة، بسبب كثرة البنود وهو التعليق الوحيد الذي تلقاه الباحث، إضافة لغياب القدرة على ملاحظة تفاعل الطلبة مع المقاييس لأن إجاباتهم تكون عن بعد. أما بالنسبة للمقاييس الورقية فقد لاحظ عدة استجابات كما يلي:

-لاحظ الباحث أن بعض الطلبة لا يقرأون التعليمة المكتوبة فالمقاييس ويبدؤون في الإجابة مباشرة.

-يوجد من كانت اجاباتهم سريعة جدا (أقل من 10 د)، ووجد الباحث أن اجاباتهم غير كاملة.

-هناك من أبدو حساسية من بعض البنود الخاصة بالمخططات المبكرة غير المتكيفة، لأن مقياس المخططات قد يوقظ فيهم انفعالات عاشوها سابقا تكشف جزءا من حياتهم الخاصة التي لا يريدون أن يطلع الآخرون عليها.

-أظهر الكثير من الطلبة تفاعل إيجابي مع البنود وأعجبتهم هذه التجربة.

-أغلب الطلبة لم يبدوا ردود أفعال واكتفوا بالإجابة على البنود وتسليم الأوراق.

-هناك من أرادو معرفة نتائج المقاييس الخاصة بهم، بعد انتهاءهم من الإجابة.

-سيقوم الباحث بالاعتماد على التعليمة الشفهية لإحداث تواصل مع المشاركين مما يساعده على بناء علاقة ثقة معهم أفضل من الاكتفاء بالتعليمة الكتابية، ويتأكد أيضا من اطلاعهم وفهمهم للتعليمة المكتوبة.

-إضافة تعليمة شفهية للحفاظ على أخلاقيات البحث كالثقة والموافقة وامكانية الانسحاب، وهي: "يمكن لأي طالب الانسحاب قبل أو أثناء او بعد الانتهاء من الإجابة إذا أراد ذلك وستلغى الورقة الخاصة به". لأن مقياس المخططات يمكن أن يثير نقاط حساسة وخاصة عند الفرد لا يرغب بكشفها لأحد.

-إن حضور الباحث أثناء التطبيق يمكنه من معاينة إجابة المبحوثين على بنود الاستبيان بشكل فرادي وذلك لتفادي العبث والتزوير والنسخ بين الطلبة، بغية الوصول الى مصداقية في الإجابات.

رابعا: أثناء التطبيق لاحظ الباحث أن قلة من الطلبة أرادوا توضيح بعض البنود، وقد تم توضيحها لهم. سيقوم الباحث بإضافة تعليمة شفهية أخرى للطلبة وهي " اذا كان أي بند غير واضح لكم يمكنكم الاستفسار" قبل توزيع المقاييس فالدراسة الأساسية.

خامسا: لاحظ الباحث أن التطبيق الذي كان في أوقات ضيقة، جعل الكثير من الطلبة يعتذرون عن المشاركة بسبب التزامات أخرى أو يجيبون بسرعة وغالبا ما وجد الباحث اجاباتهم ناقصة.

يعتمد الجانب التطبيقي على صلاحية الأدوات المستعملة في الدراسة، وعلى صلاحية طرق استعمال الأدوات وكيفية التطبيق دون الاخلال بأخلاقيات البحث العلمي. انطلاقا من النتائج المتحصل عليها في الدراسة الاستطلاعية تمكن الباحث من وضع بعض التحسينات التي تزيد من نجاعة إجراءات التطبيق التي سيعتمدها في الدراسة الأساسية.

2- الدراسة الأساسية

2-1- منهج الدراسة

إن الأهداف التي يسعى إليها البحث الحالي والمتمثلة في الكشف عن مساهمة المخططات المبكرة غير المتكيفة في الفعالية الذاتية، من خلال التساؤلات المطروحة والافتراضات المقترحة، فقد تم استخدام المنهج الوصفي، الذي يعتمد على جمع البيانات الدقيقة عن الظاهرة المراد دراستها، ثم تحليل تلك البيانات بطريقة موضوعية فالتعرف على العوامل المكونة والمؤثرة على الظاهرة. **(عبيدات و آخرون، 1999، ص.46)**

إن أهم خاصية يعتمد عليها هذا الأسلوب وهو التحليل والتفسير وكشف العلاقة بين المتغيرات من خلال عملية التوصيف، التي تعد من بين أساسيات وركائز البحث العلمي.

(نادية عيشور وآخرون، 2017، ص 216)

2-2- مجالات الدراسة

تتمثل مجالات الدراسة في المكان الذي أجري فيه البحث والمدة المستغرقة في إنجازه.

- **المجال المكاني:** جامعة ابن خلدون تيارت.
- **المجال الزماني:** امتدت الدراسة الحالية من 01 جانفي حتى 28 فيفري 2021.

إن اختيار الباحث لجامعة ابن خلدون في تيارت بسبب قربها من مكان عمله واقامته، أما اختيار المجال الزمني كان مقصودا لأنه يرتبط بتحدي واقعي (تحضير مذكرة التخرج) يختبر فيها الطلبة قدراتهم وفعاليتهم الذاتية في مواقف جديدة، وذلك قبل الفصل الثاني الخاص بالبحث الذي سيقومون به، فيتعذر على الباحث الوصول للطلبة لأنهم لا يزاولون الدراسة في هذه الفترة. هذا الاختيار ينطبق أيضا على مجتمع الدراسة.

3-2- مجتمع الدراسة

ويقصد بمجتمع البحث في العلوم الإنسانية هو مجموعة منتهية أو غير منتهية من العناصر المحددة مسبقا والتي ترتكز عليها الملاحظات. **(Grawitz, 1998, p.293)**.

اشتمل مجتمع الدراسة على الطلبة المسجلين بجامعة ابن خلدون خلال الموسم الدراسي (2020-2021)، السنة الثانية ماستر، وبلغ عددهم (3423) طالب وطالبة موزعة على مجموعة من التخصصات حسب الجدول التالي:

جدول رقم (31): توزيع مجتمع الدراسة حسب التخصص.

رقم	التخصصات	عدد طلبة ماستر 2	النسبة %
1	رياضيات والاعلام الآلي	206	%6,01
2	علوم المادة	45	%1,31
3	علوم اقتصادية والتسيير والتجارة	771	%22,52
4	آداب ولغات أجنبية	966	%28,23
5	العلوم الإنسانية والاجتماعية	1435	%41,93
	المجموع	3423	%100

لقد اختير هذا المجتمع في الأطوار المتقدمة (سنة ثانية ماستر)، من تخصصات مختلفة، أقلها عددا هو تخصصات علوم المادة (45)، وأكثرها عددا تخصصات العلوم الإنسانية والاجتماعية (1435) حسب ما هو موضح في **الجدول رقم (31)**، لأنهم يتميزون بتجربة كافية في الحياة الجامعية مكنتهم من اختبار قدراتهم وتقييم أكبر لفعاليتهم الذاتية، تزيد من مصداقية النتائج في هذا البحث. وهذا ما تم الاستدلال عليه في بناء الإشكالية. على قدر أهمية التعرف على مجتمع الدراسة لابد من تبيان العينة وطريقة اختيارها.

2-4- عينة الدراسة

يقترح عدد من المنظرين أن يكون عدد أفراد عينة الدراسة في الدراسات الوصفية ما بين 5% و20% حسب عدد أفراد المجتمع الأصلي من العدد الصغير نسبيا إلى العدد الكبير جدا الذي يزيد عن الآلاف. **(سامي محمد ملحم، 2005، ص.155).**

وعليه اشتملت عينة الدراسة على (340) طالب وطالبة بنسبة 9,93% من مجتمع الدراسة الذي بلغ عدده 3423 طالب وطالبة، مع استبعاد أفراد العينة الاستطلاعية. كان توزيع عينة الدراسة حسب تخصصات مختلفة كما هو موضح في العنصر الموالي.

2-4-1- خصائص العينة

لقد حاول الباحث عند اختيار العينة مراعات أغلب تخصصات السنة الثانية ماستر، وذلك حسب الجدول التالي:

جدول رقم (32): توزيع عينة الدراسة حسب التخصص.

الترقيم	التخصصات	الجنس		العدد	النسبة
		ذكور	إناث		
1	رياضيات والاعلام الآلي	4	25	29	%8,52
2	علوم المادة	3	23	26	%7,65
3	علوم اقتصادية والتسيير والتجارة	8	30	38	%11,18
4	آداب ولغات أجنبية	27	96	123	%36,17
5	العلوم الإنسانية والاجتماعية	17	107	124	%36,48
المجموع	تكرار	59	281	340	%100
	نسبة	17,36%	82,64%		

يلاحظ من خلال الجدول رقم (32) أن عدد عينة الدراسة المتمثل في السنة الثانية ماستر (340) طالب وطالبة، التي تمثل نسبة (3,39%) من المجتمع الاحصائي، ويظهر نفس الجدول وجود تفاوت في عدد الطلبة داخل كل تخصص، وهذا راجع لتعذر الوصول للطلبة بسبب فترة فيروس كورونا إضافة لمراعات الباحث أخلاقيات البحث في حرية قبول أو رفض المشاركة في البحث.

2-5- اجراءات تطبيق الاستبيانات

لقد اعتمد الباحث في تطبيق الاستبيانات ميدانيا على العينة القصدية آخذا بعين الاعتبار النتائج التي استخلصت من الدراسة الاستطلاعية من أجل تفادي الأخطاء المحتملة وزيادة نجاعة إجراءات التطبيق، والتي نلخصها كما يلي:

- استعمال المقاييس الورقية فقط في الدراسة الأساسية، ليتمكن الباحث من ملاحظة تفاعل الطلبة مع المقاييس، والاجابة على استفساراتهم.

- سيقوم الباحث بالاعتماد على التعليمة الشفهية لإحداث تواصل مع المشاركين مما يساعده على بناء علاقة ثقة معهم أفضل من الاكتفاء بالتعليمة الكتابية، ويتأكد أيضا من اطلاعهم وفهمهم للتعليمة المكتوبة.

- إضافة تعليمة شفهية للحفاظ على أخلاقيات البحث كالثقة والموافقة وامكانية الانسحاب، وهي: "يمكن لأي طالب الانسحاب قبل أو أثناء او بعد الانتهاء من الإجابة إذا أراد ذلك وستلغى الورقة الخاصة به". لأن مقياس المخططات يمكن أن يثير نقاط حساسة وخاصة عند الفرد لا يرغب بكشفها لأحد.

- إن حضور الباحث أثناء التطبيق يمكنه من ملاحظة إجابات المبحوثين على بنود الاستبيان بشكل فرادي وذلك لتفادي العبث والتزوير والنسخ بين الطلبة، بغية الوصول الى مصداقية في الإجابات.

- بعد ما وجد الباحث أن الوقت الذي استغرقه الطلبة في الإجابة يتراوح بين 10 و30 دقيقة تقريبا، وأن الإجابات التي كانت أقل من 10د أغلبها إجابات غير كاملة، لذلك سيتم التطبيق في أوقات فراغ الطلبة عند التطبيق فالدراسة الأساسية، لانقاص نسبة الإجابات غير الكاملة وهذا حسب الجدول التالي:

جدول رقم (33): توزيع الاستبيانات واسترجاعها

العينة المطلوبة	الاستبيانات الموزعة	الاستبيانات المستردة	الاستبيانات الصالحة	نسبة الاستبيانات الصالحة
340	370	370	340	89,47%

نسبة الاستبيانات الصالحة = الاستبيانات الصالحة x 100

الاستبيانات المستردة

يظهر **الجدول رقم (33)** أن نسبة الاستبيانات الصالحة من الاستبيانات المستردة تقدر ب 89,47% وهي نسبة عالية، حيث استفاد الباحث من التحسينات التي أضافها لأنها قللت من وجود استبيانات ذات إجابات ناقصة، أما الاستبيانات الملغاة كانت بسبب احترام أخلاقيات المهنة أو وجود بعض البنود غير المجاب عنها.

2-6- أدوات جمع البيانات

من أجل جمع البيانات من الميدان، يتوجب توفر واستخدام أدوات بحث معينة، وتتمثل أدوات هذه الدراسة في مقاييس: المخططات المبكرة غير المتكيفة والفعالية الذاتية، وطبقت وفق هذا الترتيب.

2-6-1- مقياس المخططات المبكرة غير المتكيفة لجيفري يونغ

أ- وصف المقياس

قام ببناء المقياس **جيفري يونغ Jeffery Young** ميزته معرفة مخطط كل شخص، وهذا المقياس متوفر على ثلاثة أشكال:

- النسخة الأصلية المطولة، تحتوي على 18 مخططا و232 بندا يفضل استعمالها في العيادة. **(Young, 2005, p.521).**

- النسخة الثانية، من طرف **يونغ Young وبراون Broun**، تحتوي على 205 بند، تم جمعها في 16 مخططا.
- النسخة المختصرة وهي المستخدمة في هذا البحث، تحتوي على 75 بندا، أي 15 مخططا، كل مخطط يحتوي على 5 بنود الأكثر تمثيلا للمخطط حسب التحليل العاملي **لشميدت وكول Chmidt et Coll** (1994-1995)، وهي النسخة الأكثر استعمالا نظرا لسهولة تطبيقها.

(Young and all, 2005,p114).

وقد تم أخذ هذا المقياس في نسخته العربية من أطروحة دكتوراه **لحطاح زوبيدة** 2011، وهي كالتالي:

جدول رقم (34): أبعاد مقياس المخططات المبكرة غير المتكيفة والبنود الخاصة بها.

أبعاد	البنود	أبعاد	البنود
الحرمان العاطفي	1-5	العلاقة الدمجية	41-45
الإهمال/عدم الاستقرار	6-10	الخضوع	46-50
الحذر/التعدي	11-15	التضحية	51-55
الانعزال الاجتماعي	16-20	التحكم المفرط في الانفعالات	56-60
عدم الإتقان/ الخجل	21-25	متطلبات عالية	61-65
الفشل	26-30	السيطرة	66-70
التبعية/عدم الكفاءة	31-35	نقص التحكم الذاتي الانفعالي	71-75
القابلية للانجراح	36-40		

اشتملت المجالات الخمسة للمخططات المبكرة غير المتكيفة على:

1. **مجال الانفصال والرفض:** وفيه 5 مخططات هي مخطط (النقص العاطفي، الشعور بالتخلي والاهمال وعدم الاستقرار، الشك والتعدي، الانطواء الاجتماعي، الشعور بالنقص والخجل).

2. **مجال نقص الاستقلالية والكفاءة:** وفيه 4 مخططات وهي (الفشل، التبعية وعدم الكفاءة، الخوف من المرض والخطر، العلاقات الدمجية).

3. **مجال نقص الحدود:** وفيه مخططين هما (الحقوق الشخصية المتطلبة والمفرطة، نقص التحكم الذاتي الانفعالي).

4. **مجال التوجه المفرط نحو الآخرين:** وفيه مخططين هما (الخضوع، التضحية) .

5. **مجال اليقظة المفرطة:** وفيه مخططين هما (التحكم النفعالي المفرط، المثاليات المتطلبة المفرطة). **(Bouvard Martine, 2009, p.257)**.

ب- طريقة التنقيط

كل عبارة من عبارات المقياس تحتوي على ستة اختيارات متدرجة (من لا تنطبق تماما إلى تنطبق تماما)، أعطيت هذه الإجابات الدرجات 1،2،3،4،5،6، تأخذ الإجابة لا تنطبق تماما الدرجة(1) والإجابة لا تنطبق غالبا (2)، والإجابة لا تنطبق تقريبا الدرجة (3) ، والإجابة معتدل الدرجة (4)، والإجابة تنطبق غالبا الدرجة (5)، والإجابة تنطبق تماما الدرجة (6).

أما بالنسبة لمستويات تأثير المخططات هي:

(5-9) المخطط لا يؤثر على الفرد.

(10-14) المخطط يؤثر في بعض الظروف.

(15-19) المخطط يمثل مشكل بالنسبة للفرد.

(20-24) المخطط يلعب دور هام في حياة الفرد.

(25-30) المخطط أساسي في تنظيم شخصية الفرد . **(Young et Klosko , 2003)**

ج- الخصائص السيكومترية لمقياس المخططات المبكرة غير المتكيفة

لقد تم التأكد من صدق مقياس المخططات المبكرة غير المتكيفة من طرف **موشاند و لاشونال وكوترو Mauchand et Lachenal-Chevallet et Cottraux** (2011)، بإستخدام صدق المجموعات المتناقضة، حيث تم تطبيق الاختبار على مجموعة من الأسوياء (ن =263) تترواح أعمارهم ما بين 17 إلى 67 سنة بمتوسط 27.92 سنة، و مجموعة ممن يعانون من إضطراب القلق (ن= 37) تترواح أعمارهم مابين 19 و 53 سنة بمتوسط 34.45 سنة، وتم سحب العينة الاكلينيكية من المترددين على المستشفى الأمراض النفسية والعصبية بليون ووحدة العلاج السلوكي المعرفي بمستشفى **مرغريت بمرسيليا**، وقد وجدت الدراسة فروق ذات دلالة إحصائية بين فئتي الأسوياء والمضطربين مما يؤكد قدرة الاختبار على التمييز بين الفئات المضطربة وغير المضطربة.

أما ثبات المقياس فقد تم التأكد منه من طرف كل من كل من **تريمبلاي و دوزان Tremblay and Dozois** (2009) على عينة متكونة من 847 (543 أناث و 304 ذكور) تتراوح أعمارهم مابين 16 و46 سنة بمتوسط قدره 18.5 سنة، حيث قدرت قيمة ثبات المقياس بإستخدام معامل ألفا كرونباخ للمقياس ككل ب: 0.87، أما الابعاد فقد قدر معامل ألفا كرونباخ لبعد نقص الحنان0.90، الاهمال0.91، العزلة 0.92، الشك 0.90، النقص وعدم الكمال 0.94، الفشل 0.94، القابلية للانجراح 0.84، العلاقة الدمجية 0.75،الخضوع 0.84،التضحية 0.86، التحكم المفرط في الانفعالات 0.90، المتطلبات العالية 0.82، السيطرة 0.85، نقص التحكم في الذات 0.90.

2-6-2- مقياس الفعالية الذاتية

أ- وصف المقياس

تم إعداد هذا المقياس من طرف ولاء يوسف (2016)، وهو موجه لفئة الطلبة الجامعيين، حيث أعتمدت في بناءه على العديد من المقاييس العربية والدراسات السابقة، وقد وضح الباحث في الاشكالية سبب اختياره لهذا المقياس دون المقاييس الأخرى، حيث يتكون المقياس من (36) بند موزعين على (4) أبعاد، كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول رقم (35): توزيع بنود مقياس فعالية الذات على الأبعاد الفرعية

أبعاد مقياس فعالية الذات	عدد البنود	أرقام البنود
البعد الأول: المبادرة	9	9-8-7-6-5-4-3-2-1
البعد الثاني: المجهود	8	17-16-15-14-13-12-11-10
البعد الثالث: المثابرة	10	27-26-25-24-23-22-21-20-19-18
البعد الرابع: قدر الفعالية	9	36-35-34-33-32-31-30-29-28

(ولاء يوسف، 2016، ص.92)

ب- كيفية تصحيح المقياس

تتم الإجابة على كل بند من بنود مقياس فعالية الذات وفق مفتاح تصحيح خماسي بواحدة من الإجابات التالية حسب مقياس **ليكرت:** (دائما، غالبا، أحيانا، نادرا، أبدا)، فالبنود تعطى درجاتها بالترتيب السابق على النحو التالي: (5-4-3-2-1) **(ولاء يوسف، 2016، ص.92)**. وبذلك تكون مستويات تقدير الفعالية الذاتية كالآتي:

من 36 إلى 90 درجة: فعالية ذات منخفضة.

من 91 إلى 126 درجة: فعالية ذات متوسطة.

من 127 إلى 180 درجة: فعالية ذات مرتفعة.

ج- الخصائص السيكومترية للمقياس

- **صدق المقياس**

تم الاعتماد في صدق المقياس الأصلي على صدق المحكمين، إذ عرض المقياس بشكله الأولي على مجموعة من المحكمين المختصين بعلم النفس، والإرشاد النفسي، والتقويم والقياس، وأصول التربية من أعضاء الهيئة التدريسية في كلية التربية بجامعة دمشق، بلغ عددهم (10) محكمين، للاسترشاد بآرائهم حول ما تضمنه مقياس فعالية الذات، ومدى مناسبة الفقرات للأهداف، وطولها وصياغتها.

كما قامت الباحثة **ولاء يوسف** بالاعتماد على الصدق التمييزي باستخدام اختبار لا معلمي (اختبار مان ويتني) لدلالة الفروق بين الربيعين الأعلى والأدنى، فأظهرت النتائج أن قيم Z تراوحت بين (4.60-5.42) في الأبعاد كافة والدرجة الكلية لمقياس فعالية الذات، وجميعها دالة إحصائيا لأن قيمة الاحتمال بلغت (0.000) وهي أصغر (0.01) مما يدل على وجود صدق تمييزي للمقياس أي المقياس له قدرة تمييزية لوجود فروق بين الربع الأعلى والربع الأدنى أي أصحاب الدرجات العالية والمنخفضة.

كما اعتمدت الباحثة **ولاء يوسف** على صدق الاتساق الداخلي باستخدام علاقة درجة البعد بالدرجة الكلية للمقياس، حيث وجد أن هناك ارتباط ايجابي ودال إحصائيا بن المجموع الكلي والأبعاد الفرعية، مما يدل على أن مقياس فعالية الذات متجانس في قياس الغرض الذي وضع من أجله أي يتسم بالصدق الداخلي، أما بالنسبة للصدق الداخلي للفقرة، فقد أسفرت النتائج أن قيم معامل الارتباط تراوحت بين (0.669-0.784)، وهذا يدل على وجود ارتباك ايجابي ودال احصائيا بين المجموع الكلي للبعد الأول

(المبادرة) والفقرات الفرعية له، كما أن هناك ارتباط ايجابي ودال احصائيا بين المجموع الكلي للبعد الثاني (المجهود) والفقرات الفرعية له حيث تراوحت قيم معامل الارتباط بين (0.647-0.805)، أما بالنسبة للمجموع الكلي للبعد الثالث (المثابرة) فيوجد ارتباط ايجابي ودال احصائيا بينه وبين الفقرات الفرعية له، حيث تراوحت قيم معامل الارتباط بين (0.592-0.772)، أما فيما يخص البعد الرابع (قدرة الفعالية) فيوجد ارتباط إيجابي ودال إحصائيا بين المجموع الكلي للبعد والفقرات الفرعية له، أما بالنسبة لقيم معامل الارتباط بين الدرجة الكلية للمقياس والفقرات الفرعية تراوحت بين (0.453-0.751)، وهذا يدل على وجود ارتباط إيجابي ودال احصائيا بين المجموع الكلي والفقرات الفرعية المكونة له.

مما سبق، يلاحظ أن مقياس الفعالية الذاتية متجانس في قياس الغرض الذي وضع من أجله، ويتسم بالصدق الداخلي. **(ولاء يوسف، 2016، ص. 90)**

•ثبات المقياس

تم التحقق من ثبات مقياس الفعالية الذاتية بالاعتماد على ثبات الإعادة، التجزئة النصفية وألفا كرونباخ وكانت النتائج في الدرجة الكلية هي: (0.902)، (0.841)، (0.795) على التوالي. (نفس المرجع السابق، ص.91)

7-2- أساليب المعالجة الإحصائية

تم تحليل بيانات هذا البحث باستخدام الأساليب الإحصائية التالية:

- ✓ معامل ألفا لكرونباخ.
- ✓ معامل ارتباط بيرسون.
- ✓ معامل ارتباط سبيرمان براون.
- ✓ تحليل الانحدار المتعدد.

وهذا من خلال تطبيق برنامج الإحصاء الخاص بالعلوم الاجتماعية SPSS 22، باستخدام الحاسوب.

الفصل الرابع:

عرض ومناقشة وتفسير النتائج

تمهيد

إن أي بحث علمي لابد من اختبار فرضياته من أجل الوصول إلى أجوبة للتساؤلات المطروحة فالإشكالية، مرورا بالجانب المنهجي الذي اعتمدت عليه هذه الدراسة في الفصل السابق، سوف يحاول الباحث في هذا الفصل، عرض وصفي تحليلي للنتائج الخاصة بفرضيات البحث، وذلك بتطبيق الأساليب الإحصائية المناسبة والتحقق من افتراضاتها، ثم تقديم تفسيرات منطقية ومناقشتها بالاستناد على أدلة علمية مستقات من الإطار النظري والدراسات السابقة.

1- عرض ومناقشة النتائج

1-1- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الأولى

تنص هذه الفرضية على اعتبار أن المخططات المبكرة غير المتكيفة (النقص العاطفي، الشعور بالتخلي والإهمال وعدم الاستقرار، الشك والتعدي، الانطواء الاجتماعي، الشعور بالنقص والخجل، الفشل، التبعية وعدم الكفاءة، الخوف من المرض والخطر، العلاقات الدمجية، الحقوق الشخصية المتطلبة والمفرطة، نقص التحكم الذاتي الانفعالي، الخضوع، التضحية، التحكم الانفعالي المفرط، المتطلبات العالية) تعتبر كمتنبئات بالفعالية الذاتية لدى الطلبة الجامعيين، ولكي نقوم باختبار هذه الفرضية سنقوم باستخدام تحليل الانحدار المتعدد، وذلك بعد التحقق من أهم افتراضاته التالية:

1-1-1- التوزيع الطبيعي لدرجات الفعالية الذاتية

سنقوم بالتحقق من التوزيع الطبيعي لدرجات المتغير المتنبئ به وهو الفعالية الذاتية، وذلك باستخدام اختبار شابيرو–ويلك (Shapiro–Wilk’s Test)، وهذا ما يوضحه الجدول رقم (36):

الجدول رقم (36) نتائج اختبار شابيرو–ويلك

	قيمة إختبار شابيرو ويلك	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية
الفعالية الذاتية	0.994	340	0.224

نلاحظ من الجدول رقم (36) بأن قيمة اختبار شابيرو ويلك غير دالة إحصائيا وبالتالي نقبل الفرضية الصفرية بأن توزيع درجات الفعالية الذاتية لا تختلف عن التوزيع الطبيعي، وهذا يعني أن الدرجات تتوزع توزيعا طبيعيا، وبالتالي قد تحقق الافتراض الأول لتحليل الانحدار المتعدد.

2-1-1-قيم الارتباطات بين المتغيرات

الافتراض الثاني الذي نتحقق منه لتحليل الانحدار المتعدد هو أن تكون قيم العلاقات الارتباطية بين المتغير المتنبئ به (الفعالية الذاتية) والمتغيرات المتنبئة (النقص العاطفي، الشعور بالتخلي والإهمال وعدم الاستقرار، الشك والتعدي، الانطواء الاجتماعي، الشعور بالنقص والخجل، الفشل، التبعية وعدم الكفاءة، الخوف من المرض والخطر، العلاقات الدمجية، الحقوق الشخصية المتطلبة والمفرطة، نقص التحكم الذاتي الانفعالي، الخضوع، التضحية، التحكم الانفعالي المفرط، المتطلبات العالية) أقل من 0.80، وفيما يلي عرض لمصفوفة الارتباطات بين المتغيرات، وهذا ما يبينه الجدول رقم (37).

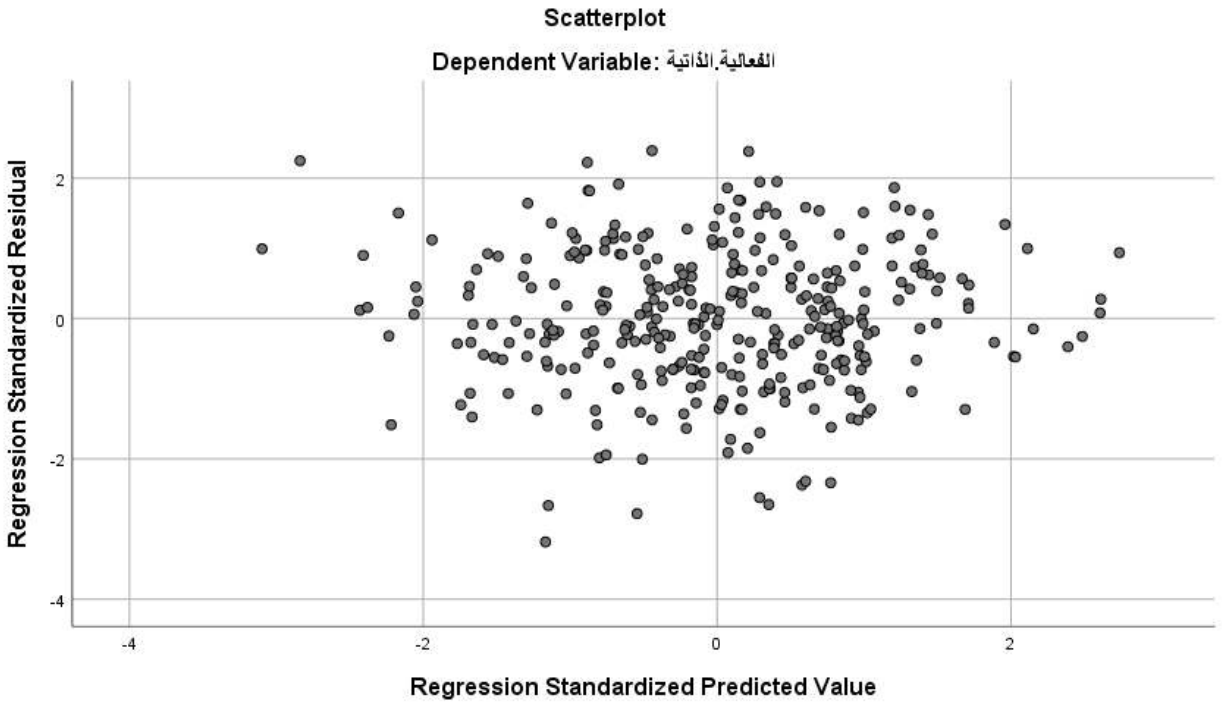
الجدول رقم (37) مصفوفة الارتباطات بين المتغيرات

	الفعالية الذاتية	الحرمان	الاهمال	الحذر	الانعزال	عدم الاتقان	الفشل	التبعية	القابلية للانحياز	العلاقة الدمجية	الخضوع	التضحية	التحكم المفرط	المتطلبات	السيطرة
الحرمان	−0.122 0.025														
الاهمال	−0.138 0.011	0.258 0.001>													
الحذر	−0.068 0.213	0.250 0.001>	0.294 0.001>												
الانعزال	−0.088 0.106	0.431 0.001>	0.333 0.001>	0.419 0.001>											
عدم الاتقان	−0.071 0.191	0.399 0.001>	0.294 0.001>	0.313 0.001>	0.464 0.001>										
الفشل	−0.248 0.001>	0.274 0.001>	0.341 0.001>	0.271 0.001>	0.317 0.001>	0.517 0.001>									
التبعية	−0.313 0.001>	0.267 0.001>	0.335 0.001>	0.296 0.001>	0.411 0.001>	0.329 0.001>	0.333 0.001>								
القابلية للانحياز	−0.076 0.163	0.189 0.001>	0.221 0.001>	0.417 0.001>	0.307 0.001>	0.199 0.001>	0.282 0.001>	0.347 0.001>							
العلاقة الدمجية	−0.014 0.795	−0.077 0.155	0.354 0.001>	0.167 0.002	0.079 0.144	0.416 0.001>	0.524 0.001>	0.396 0.001>	0.170 0.002						
الخضوع	−0.270 0.001>	0.319 0.001>	0.292 0.001>	0.336 0.001>	0.361 0.001>	0.011 0.835	0.114 0.036	0.210 0.001>	0.218 0.001>	0.211 0.001>					
التضحية	0.098 0.071	0.093 0.088	0.179 0.001	0.240 0.001>	0.272 0.001>	0.159 0.001>	0.274 0.001>	0.231 0.001>	0.071 0.192	0.277 0.001>	0.211 0.001>				
التحكم المفرط	−0.035 0.516	0.233 0.001>	0.184 0.001	0.533 0.001>	0.352 0.001>	0.272 0.001>	0.159 0.001>	0.274 0.001>	0.231 0.001>	0.071 0.192	0.277 0.001>	0.156 0.004			
المتطلبات	0.070 0.196	0.030 0.585	0.197 0.001>	0.299 0.001>	0.165 0.002	0.189 0.001>	0.028 0.601	0.110 0.043	0.156 0.004	0.144 0.008	0.068 0.214	0.294 0.001>	0.192 0.001>		
السيطرة	0.142 0.009	0.072 0.187	0.197 0.001>	0.203 0.001>	0.240 0.001>	0.085 0.119	0.029 0.595	0.127 0.019	0.114 0.036	0.152 0.005	0.092 0.090	0.303 0.001>	0.197 0.001>	0.574 0.001>	
نقص التحكم	−0.158 0.004	0.188 0.001>	0.259 0.001>	0.244 0.001>	0.231 0.001>	0.246 0.001>	0.210 0.001>	0.252 0.001>	0.244 0.001>	0.148 0.006	0.189 0.001>	0.239 0.001>	0.230 0.001>	0.282 0.001>	0.337 0.001>

نلاحظ من الجدول رقم (37) بأن قيم معاملات الارتباط بين المتغيرات المستقلة المتنبئة كلها أقل من 0.80، وبالتالي لا يوجد ارتباطات قوية. غير أن هناك بعض قيم معاملات الارتباط بين المتغيرات المتنبئة والمتغير المتنبئ به غير دالة إحصائيا، لكننا لن نقوم بحذفها من نموذج الانحدار.

3-1-1- وجود علاقة خطية بين المتغيرات وعدم ارتباط البواقي

لكي نتحقق من هذين الافتراضين نستخدم لوحة الانتشار المبينة في الشكل رقم (4):



الشكل رقم (4) لوحة الانتشار

نلاحظ من الشكل رقم (4) أنه لا توجد قيم خارج المدى (3− و3) في لوحة الانتشار، وبالتالي يمكننا القول إنه تحقق افتراض وجود علاقة خطية بين المتغير المتنبئ به والمتغيرات المتنبئة وكذلك افتراض عدم ارتباط البواقي.

4-1-1- عدم وجود قيم متطرفة متعددة:

للتحقق من هذا الافتراض نقوم بفحص قيم البواقي المعيارية وكذلك قيم Cook's Distance وهذا ما يبينه الجدول الرقم (38):

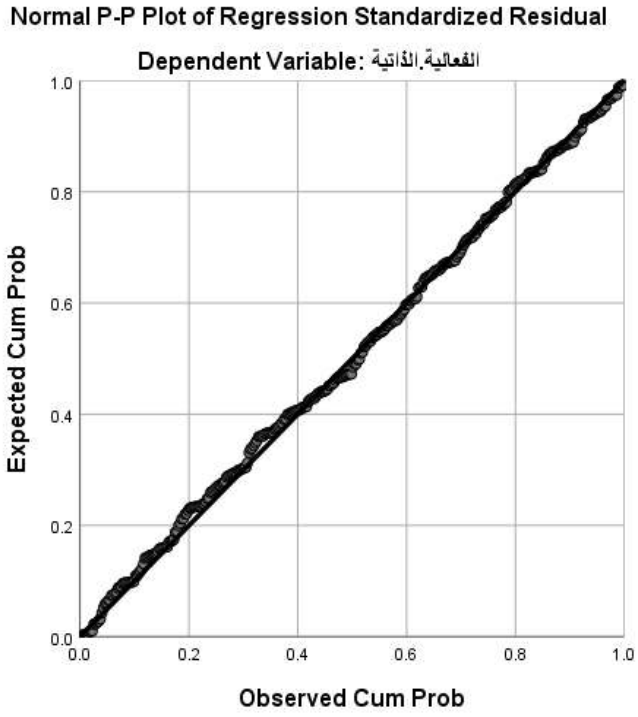
الجدول رقم (38) قيم البواقي

	القيمة الأصغر	القيمة الأكبر
البواقي المعيارية	−3.185	2.392
قيمـــــــة Cook	0.000	0.054

نلاحظ من الجدول رقم (38) أن القيم مقبولة، حيث أن القيمة الأصغر والأكبر للبواقي المعيارية ليست خارج المدى (3− و3) بشكل كبير جدا. وكذلك قيمة Cook ليست أكبر من واحد.

5-1-1- التوزيع الطبيعي للبواقي

يمكننا التحقق من هذا الافتراض بواسطة لوحة الانتشار المبينة في الشكل رقم (4) أعلاه حيث لا توجد قيم خارج المدى (3− و3)، كما يمكننا فحص توزيع البواقي بواسطة الشكل رقم (5):



الشكل رقم (5) توزيع درجات البواقي المعيارية

نلاحظ من الشكل رقم (5) أن النقاط قريبة من الخط، وبالتالي يمكننا القول إنه تحقق افتراض التوزيع الطبيعي للبواقي.

بما أن كل افتراضات تحليل الانحدار المتعدد قد تحققت وبالتالي يمكننا استخدامه للحصول على معادلة الانحدار المتعدد، حيث كانت قيمتها دالة إحصائيا (قيمة ف (15، 324) = 43.723، والقيمة الاحتمالية <0.001)، ولقد كانت قيمة معامل التحديد (R^2= 0.470) وهذا يعني أن 47.0% من التباين في المتغير المتنبئ به فعالية الذات تفسره المتغيرات المتنبئة. وفيما يلي نقوم بعرض قيم بيتا المعيارية لكل المتغيرات المتنبئة كما يوضحه الجدول رقم (39):

الجدول رقم (39): قيم بيتا المعيارية للمتغيرات المتنبئة

المتغير المتنبئ	قيمة بيتا المعيارية	القيمة الاحتمالية
الحرمان	−0.026	0.656
الإهمال	−0.076	0.189
الحذر	0.005	0.935
الانعزال	−0.012	0.856
عدم الاتقان	**0.204**	**0.002**
الفشل	−0.085	0.166
التبعية	**−0.238**	**0.001>**
القابلية للانحياز	0.072	0.235
العلاقة الدمجية	0.054	0.335
الخضوع	**−0.226**	**0.001**
التضحية	**0.128**	**0.024**
التحكم المفرط	0.018	0.753
متطلبات	−0.038	0.536
السيطرة	**0.222**	**0.001>**
نقص التحكم	**−0.185**	**0.001**

نلاحظ من الجدول رقم (39) أن ستة من المتغيرات المتنبئة دالة إحصائيا فقط، حيث قيم بيتا المعيارية تسمح بترتيب هذه المتغيرات المتنبئة من الأهم وهي المتغيرات التي لها أكبر قيم بيتا معيارية

في نموذج الانحدار إلى أقل أهمية. ولقد بلغت قيمة بيتا المعيارية لأهم متغير متنبئ وهو بعد التبعية 0.238− والقيمة الاحتمالية <0.001، وهذا يعني أن التغير في بعد التبعية بدرجة واحدة يقابله تغير بقيمة 0.238− في فعالية الذات. والمتغير المتنبئ الثاني هو بعد الخضوع بلغت قيمة بيتا المعيارية 0.226− والقيمة الاحتمالية 0.001، وهذا يعني أن التغير في بعد الخضوع بدرجة واحدة يقابله تغير بقيمة 0.226− في فعالية الذات. والمتغير المتنبئ الثالث هو بعد السيطرة بلغت قيمة بيتا المعيارية 0.222 والقيمة الاحتمالية <0.001، وهذا يعني أن التغير في بعد السيطرة بدرجة واحدة يقابله تغير بقيمة 0.222 في فعالية الذات. والمتغير المتنبئ الرابع هو بعد عدم الاتقان بلغت قيمة بيتا المعيارية 0.204 والقيمة الاحتمالية 0.002، وهذا يعني أن التغير في بعد عدم الاتقان بدرجة واحدة يقابله تغير بقيمة 0.204 في فعالية الذات. والمتغير المتنبئ الخامس هو بعد نقص التحكم بلغت قيمة بيتا المعيارية 0.185− والقيمة الاحتمالية 0.001، وهذا يعني أن التغير في بعد نقص التحكم بدرجة واحدة يقابله تغير بقيمة 0.185− في فعالية الذات. والمتغير المتنبئ السادس هو بعد التضحية بلغت قيمة بيتا المعيارية 0.128 والقيمة الاحتمالية 0.024، وهذا يعني أن التغير في بعد التضحية بدرجة واحدة يقابله تغير بقيمة 0.128 في فعالية الذات.

وبالتالي نستنتج أن الفرضية الأولى تحققت فقط لستة مخططات على الترتيب وهي (التبعية، والخضوع، والسيطرة، وعدم الاتقان، ونقص التحكم، والتضحية) من بين 15 مخطط، تعتبر كمتنبئات بفعالية الذات لدى عينة الدراسة، هذه النتيجة كانت متوافقة مع دراسة **ألبن كموني Alban Komoni (2017)** التي بحثت العلاقة بين المخططات المبكرة غير المتكيفة والفعالية الذاتية الأكاديمية عند طلبة جامعة **Roehampton** في لندن، حيث أسفرت نتائجها عن وجود علاقة ارتباطية بين معظم المخططات والفعالية الذاتية الأكاديمية، باستثناء مخططات (السيطرة، المتطلبات العالية، الخوف من الخطر والمرض). **(Alban, 2017, P.3)**

لكن الاختلاف يكمن من جهة، في مخطط (السيطرة) الذي يتنبأ بدرجات الفعالية الذاتية لدى عينة الدراسة عكس ما أوضحته الدراسة السابقة في علاقتها الارتباطية باستعمال معامل بيرسون. ومن جهة أخرى باستعمال تحليل الانحدار المتعدد كشفت نفس الدراسة السابقة عن مخطط "الفشل" فقط كمتغير مهم يتنبأ بدرجات الفعالية الذاتية الأكاديمية **(Alban, 2017, P.3)**، وهذا ما يختلف عن نتائج هذا البحث الذي كشف عن مساهمة 6 مخططات (التبعية، والخضوع، والسيطرة، وعدم الاتقان، ونقص التحكم، والتضحية) تتنبأ بدرجات الفعالية الذاتية ليس من بينها مخطط (الفشل).

إن عدم التوافق بين النتائج، يمكن أن يرجع للاختلاف الثقافي بين عينة الدراسة السابقة وعينة الدراسة الحالية، إضافة لوجود اختلاف بين أبعاد الفعالية الذاتية لهذا البحث وأبعاد الفعالية الذاتية الأكاديمية للدراسة السابقة، ونظرا لغياب الدراسات السابقة التي تجمع بين المتغيرين على حد علم الباحث، يمكن أن يستند على الإطار النظري في تفسير النتائج المتحصل عليها.

ينطلق الباحث في تفسيره اعتمادا على تصنيف المخططات حسب مجالاتها أولا، لأن الأفراد الذين تتمركز مخططاتهم في المجال الأول (الانفصال والرفض) هي في غالب الأحيان الأكثر شدة ومعظمهم عاشوا صدمات في الطفولة. **(Young et al,2005, p.41)** وثانيا على ترتيب نتائج الانحدار المتعدد المتحصل عليه في مساهمة المخططات المتنبئة بدرجات الفعالية الذاتية، مع التأكيد على الدور المهم الذي تلعبه الإشارة (قيم سلبية وقيم إيجابية) وهذا يعني المساهمة العكسية بالنسبة للقيم السلبية والمساهمة الطردية بالنسبة للقيم الإيجابية، وثالثا حسب نوعها (شرطية وغير شرطية). لأن المخططات الشرطية غالبًا ما تمثل محاولات المواجهة التي تم تطويرها من المخططات غير الشرطية. من هذه الزاوية، تعتبر المخططات الشرطية "ثانوية". **(Young et al, 2005, p.50)**

وعليه واعتمادا على النتائج نرتب المخططات غير الشرطية حسب نسبة مساهمتها وهي (التبعية/وعدم الكفاءة بنسبة -23,8%، السيطرة بنسبة 22,2%، عدم الاتقان/الخجل بنسبة 20,4%، نقص التحكم بنسبة -18,5%)، أما المخططات الشرطية فترتيبها كما يلي: (الخضوع بنسبة -22,6%، التضحية 12,8%). وستكون البداية بمخطط عدم الاتقان /الخجل، الوحيد الذي ينتمي للمجال الأول وهو من المخططات غير الشرطية والتي كانت نتائجه طردية، أي كلما زاد نشاط هذا المخطط بدرجة واحدة زادت درجات الفعالية الذاتية بمقدار 0,204، هذه النتيجة لو قارناها بنفس الدراسة السابقة ل **ألبن كموني Alban Komoni (2017)** التي اعتمدت على تحليل ارتباط بيرسون بين متغيري الدراسة، حيث وجدت علاقة ارتباطية عكسية بين مخطط عدم الاتقان/الخجل والفعالية الذاتية الأكاديمية. **(Alban, 2017, P.15)** هذه الدراسة تتوافق مع الاطار النظري للمخططات فحسب **يونغ Young** فإن الحاملين لهذا المخطط يحكمون على أنفسهم بأنهم شخصية غير متكاملة، وغير قادرة، لا تؤثر في الآخرين، ولا يتحملون الانتقادات، التوبيخ ويتضايقون من مقارنتهم بالآخرين، يتميزون بنقص الثقة، والخجل والشعور بالنقص. **(Young et al, 2005, P42)**

وبالتالي يكون التأثير سلبيا على الفعالية الذاتية، عكس النتيجة المتحصل عليها في هذا البحث. لكن توجد حالة واحدة فقط يمكنها أن تفسر هذه النتيجة الطردية، وهي استعمال الأفراد لأسلوب التعويض الذي يقاتل الأفراد فيه مخططهم من خلال الأفكار والعواطف والسلوكيات والأساليب العلائقية التي تتناسب مع نقيض المخطط. ويسعون جاهدين ليكونوا مختلفين قدر الإمكان عما كانوا عليه في طفولتهم عند إنشاء المخطط. فإذا كانوا يعتبرون أنفسهم عديمي القيمة عندما كانوا أطفالًا، فإنهم يحاولون كبالغين أن يكونوا مثاليين. على السطح يبدوا أنهم واثقون، لكنهم يشعرون في أعماقهم بثقل المخطط الذي يهدد بالظهور. **(Young et al, 2005, p 64)** يمكن اعتبار التعويض محاولة صحية نسبيًا لمحاربة المخطط، لكنها للأسف تتجاوز هذا الهدف، مما يساعد في الحفاظ على المخطط بدلاً من علاجه. يبدو

أن العديد من المعوضين يتمتعون بصحة جيدة. في الواقع، من بين أكثر الأشخاص إثارة للإعجاب في مجتمعنا –نجوم الإعلام، والقادة السياسيون، ورجال الأعمال– العديد منهم يعوضون. **(young et al ,2005, p.65)** لذلك يمكن القول أن نشاط هذا المخطط مع وجود أسلوب التعويض يتنبأ بزيادة درجات الفعالية الذاتية، لكن لا يمكن الجزم أن هذه الفعالية تحافظ على ارتفاعها أم انها تتلاشى مع الوقت والتحديات.

بعد الانتهاء من مخططات المجال الأول نجد أن أعلى درجة مساهمة موجودة في مخطط التبعية وعدم الكفاءة، الذي يساهم بنسبة –23,8% في التنبؤ بدرجات الفعالية الذاتية، أي كلما زاد نشاط المخطط بدرجة واحدة تقل درجات الفعالية الذاتية ب 0,238، وهذا ما يتوافق مع الإطار النظري لمخطط التبعية الذي يؤمن اصحابه بحقيقة عجزه على مواجهة المسؤوليات اليومية دون مساعدة الآخرين (مثل: ادارة أمواله، حل المشكلات اليومية، استخدام الحس السليم، تولي مهام جديدة، اتخاذ القرار)، ويردد عادة "أنا عاجز عن...". غالبا ما يظهر هذا المخطط قصور ذاتي أو نقص في المبادرة. إضافة الى أن هذا المخطط الوحيد الذي ينتمي للمجال الثاني (نقص الاستقلالية والانجاز)، وهو مجال يشير الى أن الأفراد الذين لديهم مخططات في هذا المجال لهم توقعات اتجاه أنفسهم واتجاه العالم لا تتطابق مع قدراتهم المدركة على البقاء، للتصرف باستقلالية والتمكن من تحقيق النجاح الكافي. وهذا راجع للمعاملة الوالدية التي تلقوها في طفولتهم، حيث كان أولياءهم يفعلون كل شيء بدلا عنهم ويفرطون في حمايتهم؛ أو على النقيض (في حالات نادرة) بالكاد كانوا يهتمون بهم (كلا الحالتين تؤدي إلى مخططات نقص الاستقلالية)، وغالبا ما يساهم أولياؤهم في زعزعة ثقتهم بأنفسهم ولم يتمكنوا من تقوية فعاليتهم خارج البيت، فهم غير قادرين على تحديد أهداف شخصية والتحكم في المهارات الضرورية. فيما يخص الفعالية يبقون أطفال في حياة الرشد. **(Young et al, 2005, p.43)** ويظهر جليا أن الافراط في الحماية في الحالة الأولى يورث الاعتماد على الآخرين وهذا يتوافق مع مخطط التبعية. حيث يشير **يونغ**

Young في حالة مخطط التبعية/عدم الكفاءة ومخطط المبالغة في الحدود الشخصية/السيطرة، نادرا ما يساء معاملة الطفل بل يكون مدللا.**(Young et al, 2005, p.38)** على الرغم من وجود تشارك بين المخططين في أسلوب المعاملة الوالدية إلا أن تأثيرهما على الفعالية الذاتية متناقض.

حيث كانت نتائج مخطط الحقوق الشخصية المبالغ فيها (السيطرة) الذي ينتمي للمجال الثالث (نقص الحدود) طردية، أي كلما زاد نشاط هذا المخطط بدرجة واحدة زادت درجات الفعالية الذاتية بمقدار 0,222، وهذا يتعارض مع نتائج الدراسة السابقة، لكن في الأدبيات النظرية نجده يتوافق مع الفعالية الذاتية، لأن الحاملين لهذا المخطط يعتقدون أنهم يجب أن يكونوا قادرين على فعل أو الحصول على ما يريدون بالضبط، بغض النظر عن التكلفة التي يتحملها الآخرون؛ أو لديهم ميل مفرط لتأكيد قوتهم أو وجهة نظرهم والسيطرة على الآخرين لمصلحتهم الخاصة. إنهم منشغلون بشكل مفرط بتفوقهم (نجاحهم، شهرتهم، قيمتهم). **(Young et al, 2005, p.45)**

ويمكن لهذا الارتباط الطردي أن يفَسَر أيضا بالرجوع للمراحل الأولى لتطور الفعالية لأن اختبار الأطفال لشعور التحكم في الآخرين كان راجعا لاعتمادهم على الآخرين في إطعامهم، وكسوتهم، وتهدئتهم، وتسليتهم، وتزويدهم بالألعاب، من أجل استكشافهم للحيل. ونظرًا لاعتمادهم الجسدي، يتعلم الأطفال الصغار بسرعة كيفية التأثير على تصرفات من يحيطون بهم، من خلال سلوكهم الاجتماعي واللفظي. تتضمن الكثير من هذه المعاملات ممارسة سيطرة قريبة، يقود فيها الأطفال الصغار البالغين إلى تحقيق النتائج التي يريدونها والتي لا يستطيعون تحقيقها بأنفسهم. **(Bandura, 2003, p.255)** لكن إذا كان الوسط العائلي نمطي يتمثل في وجود أولياء ضعفاء كثيري التسامح والتساهل لا يتمكنون من فرض نظام وانضباط أو يعتبرون أنهم أعلى من الآخرين. **(Young et al, 2005, p.44)** هذا التساهل المستمر هو عامل مهم من عوامل تشكل مخطط السيطرة "خام" الذي يصبح أصحابه غير قادرين أو غير راغبين في التحكم في أنفسهم واتباع القواعد والأعراف الاجتماعية. ويجدون صعوبة في

تحمل الحدود، يعتقدون أنهم مميزون وفريدون، يفرضون أنفسهم بطريقة عدوانية وأنانية، يسيطرون، منافسون، متعجرفون، يستفيدون من الآخرين لتحقيق أهدافهم والسعي للتفوق على الآخرين والقوة. **(Kahalé, 2009, p.92)** لذلك يظهر مخطط السيطرة طابعا سلبيا لكنه يتنبأ بالفعالية من خلال التحكم في الآخرين بسبب الارتباط الذي حدث في المراحل المبكرة. ويظهر هذا من خلال وسيلتين أساسيتان يمكن للأفراد من خلالهما ممارسة السيطرة، السيطرة الشخصية المباشرة، والتحكم بالوكالة. في التحكم الشخصي المباشر، يقوم الأشخاص بتعبئة المهارات والموارد المتاحة لهم لإنتاج الأداء الذي يضمن النتائج المرجوة. أما في التحكم بالوكالة، يمارسون تأثيرًا على الأشخاص الآخرين مما يحقق لهم النتائج المرادة. كما هو الحال في السيطرة المباشرة، فإن تحقيق النتائج من خلال الوسطاء ينطوي على ممارسة الوكالة، لكن التحكم بالوكالة يعتمد بشكل كبير على الإقناع أو الإكراه الاجتماعي. **(Bandura, 2003, P.48)** هذا التحليل السابق مرتبط بمخطط السيطرة في حالته النقية فقط، لكن يمكن أن يكون مخطط الحقوق الشخصية المبالغ فيها/السيطرة في بعض الأحيان شكلاً من أشكال التعويض لمخطط آخر، وفي هذه الحالة لا يكون الإفراط في التساهل عادة أصل هذا المخطط. **(Young et al, 2005, p.44)** حيث أظهرت نتائج الدراسة احتمالية تعويض مخطط السيطرة لمخطط عدم الاتقان/الخجل، وهذا ينطبق على الأفراد النرجسيين الذين يتصرفون كأشخاص ذوي حقوق شخصية مبالغ فيها، من أجل تعويض شعورهم بالنقص وعدم الكمال. **(Young et al, 2005, P.302)** وكأن مخطط السيطرة يتنبأ بزيادة الفعالية الذاتية بدافع مخطط عدم الاتقان في حالة استعمال أسلوب التعويض.

إن مجال نقص الحدود يحتوي على مخططين دالين، الأول مخطط السيطرة، والثاني مخطط نقص التحكم الذاتي الذي كانت نتائجه عكسية بنسبة −18,5%، أي كلما زاد نشاط هذا المخطط بدرجة واحدة ستنقص درجات الفعالية الذاتية بمقدار −0,185، هذه النتيجة تتوافق مع دراسة **ألبن كموني Alban Komoni (2017)** التي اعتمدت على تحليل ارتباط بيرسون بين متغيري الدراسة، التي وجدت علاقة

ارتباطية عكسية بين مخطط نقص التحكم الذاتي والفعالية الذاتية الأكاديمية.**(Alban, 2017, P.15)**

هذه الدراسة تتوافق أيضا مع الاطار النظري للمخططات فحسب **يونغ Young** المشكل الأساسي لهذا المخطط هو عدم القدرة أو رفض التحكم في الذات، كذلك عدم الرغبة في الإحباط عند تحقيق الأهداف الشخصية. لا يستطيع تحمل حرمانه من رغباته، ولا يستطيع أن يخفف من التعبير عن انفعالاته واندفاعاته. لذلك في الشكل المخفف لهذا المخطط، يحاول المفحوص بأي ثمن تجنب ما هو مؤلم له : فهو يتجنب المعاناة، والصراعات، والمواجهات، والمسؤوليات، والجهود الشخصية المفرطة من حيث الالتزام والنزاهة والإنجاز الشخصي.**(Young et al, 2005, p.45)** إن النشاط الانفعالي غير المتحكم فيه قد يؤثر سلبا على الفعالية الذاتية. لأن الإثارة العالية يمكن أن تضعف الأداء، فمن المرجح أن يتوقع الأفراد النجاح عندما لا تزعجهم الاستثارة غير السارة. **(Bandura, 2003, p.163)** أما في الشكل المخفف لهذا المخطط فهم يقومون بتجنب كل ما هو مؤلم لهم، وبالتالي ينعكس سلبا على مستوى الفعالية الذاتية. وهذا ما أكده **باندورا Bandura** حول استجابات الإجهاد للتحكم غير الفعال التي تولد ضغوطًا إضافية من خلال التنشيط الذاتي الاستباقي، عبر استحضار الأفكار غير السارة حول عجزهم وردود أفعالهم تجاه الإجهاد، يمكن للناس أن ينشطوا ذاتيًا حتى مستويات عالية من التوتر مما ينتج تحديدا الخلل الوظيفي الذي يخشونه.**(Bandura, 2003, p.163)** اذن يمكن لهذا المخطط في كلا الحالتين سواء في الاندفاع أو التجنب، التأثير سلبا على درجات الفعالية الذاتية لدى عينة الدراسة.

أما بالنسبة للمخططات الشرطية تظهر النتائج وجود مخططين ينتميان للمجال الرابع (التوجه نحو الآخرين)، وهما الخضوع والتضحية حسب القيم المتحصل عليها (−0,226، 0,128) على الترتيب. من هذه القيم يمكن ملاحظة التأثير العكسي لمخطط الخضوع، أي كلما زاد نشاط مخطط بدرجة واحدة ستنقص درجات الفعالية الذاتية بقيمة − 0,226، وهذا يتوافق مع دراسة **ألبن كموني Alban Komoni (2017)** التي اعتمدت على تحليل ارتباط بيرسون بين متغيري الدراسة، التي وجدت علاقة

ارتباطية عكسية بين مخطط الخضوع والفعالية الذاتية الأكاديمية.**(Alban, 2017, P.15)** ويتوافق أيضا مع الاطار النظري فحسب **يونغ Young** فإن الحاملين لهذا المخطط يدركون مشاعرهم وحاجاتهم كأنها بدون قيمة ولا أهمية، ويظهر على شكل انقياد واضح أو رغبة قوية في إرضاء الغير؛ لكن يظهر عليهم فرط الحساسية تجاه المواقف التي "يعرضون أنفسهم لها"؛ وغالبًا ما يكون هناك غضب مكبوت، مما يسبب أعراضًا مثل السلوك السلبي/العدواني، أو نوبات الغضب غير المنضبطة.

(Young, 2005, p.46)

أما مخطط التضحية له تأثير طردي، أي كلما زاد نشاطه زادت درجات الفعالية الذاتية بقيمة 0,128، هذه القيمة هي أقل قيمة مقارنة بالقيم المتحصل عليها في المخططات الخمس السابقة، أي تنبؤه بدرجات الفعالية هو الأضعف، وهذا لا يتوافق مع نتائج دراسة **ألبن كموني Alban Komoni (2017)** التي اعتمدت على تحليل ارتباط بيرسون بين متغيري الدراسة، ووجدت علاقة ارتباطية عكسية بين مخطط التضحية والفعالية الذاتية الأكاديمية.**(Alban, 2017, P.15)** أي عكس النتائج المتحصل عليها في هذا البحث، لكن الاطار النظري للمخططات المبكرة غير المتكيفة يمكن أن يتوافق مع هذه النتيجة، فحسب **يونغ Young** فإن الأفراد الذين لديهم مخطط التضحية يهتمون بتلبية احتياجات الآخرين على حسابهم، يفعلون ذلك لتجنيب الآخرين الألم، أو لتجنب الشعور بالذنب تجاه أنانيتهم، أو لزيادة تقديرهم لذاتهم، أو للحفاظ على اتصال عاطفي مع شخص يعتبرونه لطيفًا. غالبًا ما ينتج هذا المخطط عن الحساسية المفرطة لمعاناة الآخرين. قد يشعر الفرد بأن احتياجاته الخاصة لا يتم تلبيتها أبدًا، ويشعر بالاستياء تجاه من يعتني بهم. **(Young, 2005, p.46)** يظهر جليا أن التضحية لها تأثير سلبي على الفعالية الذاتية، لأن الطالب سيترك حاجاته ومصالحه ويسبق مصالح الآخرين، وهذا ما يبعده عن إنجازاته الشخصية؛ خاصة عندما يشعر بالاستياء لأن حاجاته لا تلبى، لذلك كانت نتائج الدراسة السابقة عكسية، بسبب البعد الثقافي لعينة الدراسة التي تنتمي للمجتمع الغربي الذي يغلب عليه

تفضيل المصلحة الخاصة. فحسب **تريندز Triandis (1995)** تميل الثقافات الموجهة نحو الفردية إلى تفضيل المبادرة الشخصية والسعي لتحقيق المصلحة الخاصة، بينما تضع تلك الثقافات الموجهة بشكل جماعي اهتمام المجموعة والمسؤولية المشتركة فوق المصالح الشخصية. **(Bandura, 2003, P.53)** لذلك في عينة الدراسة الحالية التي نشأ أفرادها في مجتمع عربي يعزز قيمة الإيثار وما لها من مكانة اجتماعية وقيمة أخلاقية، تعد من بين الثقافات الموجِهة بشكل جماعي. إن القيم والممارسات الثقافية تؤثر على كيفية تطوير معتقدات الفعالية، والأهداف التي تسعى إليها، والوسائل التي تستخدمها. وبالتالي تساهم معتقدات الفعالية في إنتاجية أعضاء كل من الثقافات الجماعية والفردية. **(Bandura, 2003, P.55)** وهناك تفسير آخر يدعم ماسبق، فحسب **لنت وهاكت Lent et Hackett 1987** فإن الذات المستقبلية المنشودة قريبة من الأهداف الوجودية طويلة المدى، والمفهوم الأكثر إلحاحًا للذات العاملة يشبه الأهداف الفرعية قصيرة المدى التي تتحقق من خلالها التطلعات طويلة المدى، فتتحد الطموحات مع التقييم الذاتي للقدرات لتشكيل مسار الحياة، وتحدد معتقدات الناس في الفعالية الذاتية الأهداف الوجودية التي يفكرون فيها، وتلك التي يختارون السعي وراءها، ومستوى اهتمامهم، مثابرتهم ونجاحهم. **(Bandura, 2003, P.45)** لذلك يزيد شعور الفرد بفعاليته الذاتية لأنه يرى الإيثار ومساعدته للآخرين من ضمن الأهداف الوجودية طويلة المدى والتي تعود عليه بالنفع في حياته الدنيا، ان لم يكن ففي آخرته، وهذا ما يفسر النتائج المتحصل عليها.

1-2- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثانية

تنص هذه الفرضية على أن المخططات المبكرة غير المتكيفة (النقص العاطفي، الشعور بالتخلي والإهمال وعدم الاستقرار، الشك والتعدي، الانطواء الاجتماعي، الشعور بالنقص والخجل، الفشل، التبعية وعدم الكفاءة، الخوف من المرض والخطر، العلاقات الدمجية، الحقوق الشخصية المتطلبة والمفرطة، نقص التحكم الذاتي الانفعالي، الخضوع، التضحية، التحكم الانفعالي المفرط، المتطلبات العالية) تعتبر

كمتنبئات بعد المبادرة لفعالية الذات لدى الطلبة الجامعيين، ولكي نقوم باختبار هذه الفرضية سنقوم باستخدام تحليل الانحدار المتعدد، وذلك بعد التحقق من أهم افتراضاته التالية:

1-2-1- التوزيع الطبيعي لدرجات الفعالية الذاتية

سنقوم بالتحقق من التوزيع الطبيعي لدرجات المتغير المتنبئ به وهو بعد المبادرة لفعالية الذات، وذلك باستخدام اختبار **شابيرو-ويلك (Shapiro-Wilk's Test)**، وهذا ما يوضحه الجدول رقم (40):

الجدول رقم (40) نتائج اختبار شابيرو-ويلك

	قيمة إختبار شابيرو ويلك	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية
بعد المبادرة لفعالية الذات	0.993	340	0.132

نلاحظ من الجدول رقم (40) بأن قيمة اختبار شابيرو ويلك غير دالة إحصائيا وبالتالي نقبل الفرضية الصفرية بأن توزيع درجات بعد المبادرة لفعالية الذات لا تختلف عن التوزيع الطبيعي، وهذا يعني أن الدرجات تتوزع توزيعا طبيعيا، وبالتالي قد تحقق الافتراض الأول لتحليل الانحدار المتعدد.

1-2-2- قيم الارتباطات بين المتغيرات

الافتراض الثاني الذي نتحقق منه لتحليل الانحدار المتعدد هو أن تكون قيم العلاقات الارتباطية بين المتغير المتنبئ به (بعد المبادرة لفعالية الذاتية) والمتغيرات المتنبئة (النقص العاطفي، الشعور بالتخلي والإهمال وعدم الاستقرار، الشك والتعدي، الانطواء الاجتماعي، الشعور بالنقص والخجل، الفشل، التبعية وعدم الكفاءة، الخوف من المرض والخطر، العلاقات الدمجية، الحقوق الشخصية المتطلبة والمفرطة، نقص التحكم الذاتي الانفعالي، الخضوع، التضحية، التحكم الانفعالي المفرط، المتطلبات العالية) أقل من 0.80، وفيما يلي عرض لمصفوفة الارتباطات بين المتغيرات، وهذا ما يبينه الجدول رقم (41):

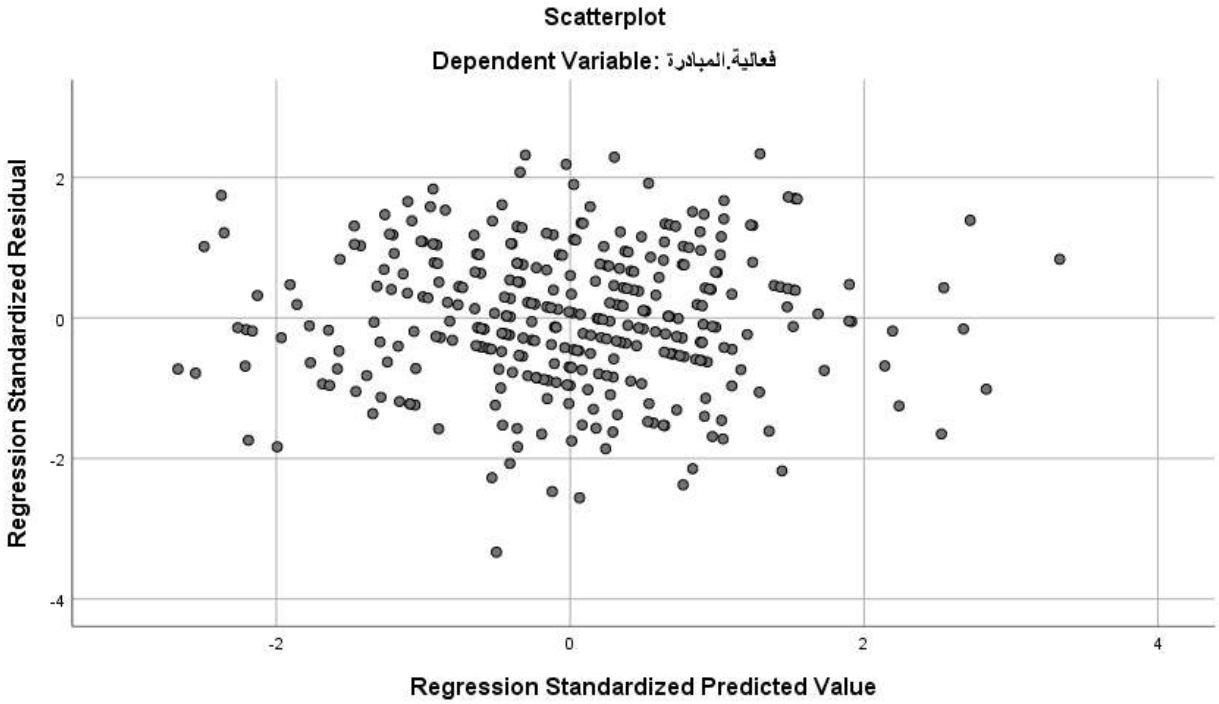
الجدول رقم (41) مصفوفة الارتباطات بين المتغيرات

	بعد المبادرة	الحرمان	الإهمال	الحذر	الانعزال	عدم الاتقان	الفشل	التبعية	القابلية للانحياز	العلاقة الدمجية	الخضوع	التضحية	التحكم المفرط	المتطلبات	السيطرة
الحرمان	−0.11 0.835														
الاهمال	−0.166 0.002	0.258 0.001>													
الحذر	−0.005 0.929	0.250 0.001>	0.294 0.001>												
الانعزال	0.010 0.848	0.431 0.001>	0.333 0.001>	0.419 0.001>											
عدم الاتقان	0.042 0.441	0.399 0.001>	0.294 0.001>	0.313 0.001>	0.464 0.001>										
الفشل	−0.152 0.005	0.274 0.001>	0.341 0.001>	0.271 0.001>	0.317 0.001>	0.517 0.001>									
التبعية	−0.264 0.001>	0.267 0.001>	0.335 0.001>	0.296 0.001>	0.411 0.001>	0.329 0.001>	0.333 0.001>								
القابلية للانحياز	−0.036 0.513	0.189 0.001>	0.221 0.001>	0.417 0.001>	0.307 0.001>	0.199 0.001>	0.282 0.001>	0.347 0.001>							
العلاقة الدمجية	−0.094 0.083	−0.077 0.155	0.354 0.001>	0.167 0.002	0.079 0.144	0.416 0.001>	0.524 0.001>	0.396 0.001>	0.170 0.002						
الخضوع	−0.164 0.002	0.319 0.001>	0.292 0.001>	0.336 0.001>	0.361 0.001>	0.011 0.835	0.114 0.036	0.210 0.001>	0.218 0.001>	0.211 0.001>					
التضحية	0.080 0.140	0.093 0.088	0.179 0.001	0.240 0.001>	0.272 0.001>	0.159 0.001>	0.274 0.001>	0.231 0.001>	0.071 0.192	0.277 0.001>	0.211 0.001>				
التحكم المفرط	0.050 0.355	0.233 0.001>	0.184 0.001	0.533 0.001>	0.352 0.001>	0.272 0.001>	0.159 0.001>	0.274 0.001>	0.231 0.001>	0.071 0.192	0.277 0.001>	0.156 0.004			
المتطلبات	0.070 0.195	0.030 0.585	0.197 0.001>	0.299 0.001>	0.165 0.002	0.189 0.001>	0.028 0.601	0.110 0.043	0.156 0.004	0.144 0.008	0.068 0.214	0.294 0.001>	0.192 0.001>		
السيطرة	0.165 0.002	0.072 0.187	0.197 0.001>	0.203 0.001>	0.240 0.001>	0.085 0.119	0.029 0.595	0.127 0.019	0.114 0.036	0.152 0.005	0.092 0.090	0.303 0.001>	0.197 0.001>	0.574 0.001>	
نقص التحكم	−0.061 0.259	0.188 0.001>	0.259 0.001>	0.244 0.001>	0.231 0.001>	0.246 0.001>	0.210 0.001>	0.252 0.001>	0.244 0.001>	0.148 0.006	0.189 0.001>	0.239 0.001>	0.230 0.001>	0.282 0.001>	0.337 0.001>

نلاحظ من الجدول رقم (41) بأن قيم معاملات الارتباط بين المتغيرات المستقلة المتنبئة كلها أقل من 0.80، وبالتالي لا يوجد ارتباطات قوية. غير أن هناك بعض قيم معاملات الارتباط بين المتغيرات المتنبئة والمتغير المتنبئ به غير دالة إحصائيا، لكننا لن نقوم بحذفها من نموذج الانحدار.

1-2-3- وجود علاقة خطية بين المتغيرات وعدم ارتباط البواقي

لكي نتحقق من هذين الافتراضين نستخدم لوحة الانتشار المبينة في الشكل رقم (6):



الشكل رقم (6) لوحة الانتشار

نلاحظ من الشكل رقم (6) أنه لا توجد قيم خارج المدى (3- و3) في لوحة الانتشار، وبالتالي يمكننا القول إنه تحقق افتراض وجود علاقة خطية بين المتغير المتنبئ به والمتغيرات المتنبئة وكذلك افتراض عدم ارتباط البواقي.

1-2-4-عدم وجود قيم متطرفة متعددة

للتحقق من هذا الافتراض نقوم بفحص قيم البواقي المعيارية وكذلك قيم Cook's Distance وهذا ما يبينه الجدول الرقم (42):

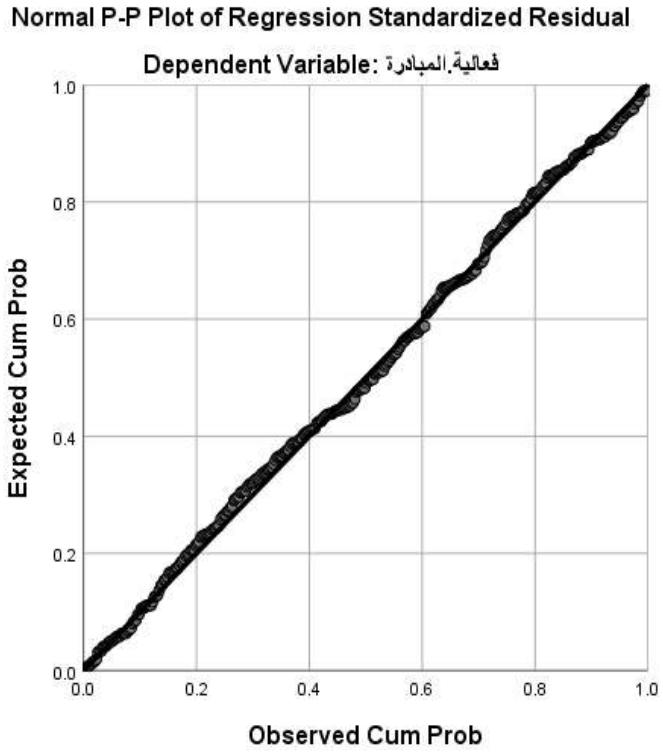
الجدول رقم (42) قيم البواقي

	القيمة الأصغر	القيمة الأكبر
البواقي المعيارية	-3.334	2.336
قيمـــــــة Cook	0.000	0.035

نلاحظ من الجدول رقم (42) أن القيم مقبولة، حيث أن القيمة الأصغر والأكبر للبواقي المعيارية ليست خارج المدى (3- و3) بشكل كبير جدا. وكذلك قيمة Cook ليست أكبر من واحد.

1-2-5- التوزيع الطبيعي للبواقي

يمكننا التحقق من هذا الافتراض بواسطة لوحة الانتشار المبينة في الشكل رقم (6) أعلاه حيث لا توجد قيم خارج المدى (3- و3)، كما يمكننا فحص توزيع البواقي بواسطة الشكل رقم (7):



الشكل رقم (7) توزيع درجات البواقي المعيارية

نلاحظ من الشكل رقم (7) أن النقاط قريبة من الخط، وبالتالي يمكننا القول إنه تحقق افتراض التوزيع الطبيعي للبواقي.

بما أن كل افتراضات تحليل الانحدار المتعدد قد تحققت وبالتالي يمكننا استخدامه للحصول على معادلة الانحدار المتعدد، حيث كانت قيمتها دالة إحصائيا (قيمة ف (15، 324) = 5.195، والقيمة الاحتمالية <0.001)، ولقد كانت قيمة معامل التحديد (R^2= 0.440) وهذا يعني أن 44% من التباين في المتغير المتنبئ به بعد المبادرة لفعالية الذات تفسره المتغيرات المتنبئة. وفيما يلي نقوم بعرض قيم بيتا المعيارية لكل المتغيرات المتنبئة كما يوضحه الجدول رقم (43):

الجدول رقم (43): قيم بيتا المعيارية للمتغيرات المتنبئة

المتغير المتنبئ	قيمة بيتا المعيارية	القيمة الاحتمالية
الحرمان	0.014	0.817
الإهمال	**−0.178**	**0.003**
الحذر	0.015	0.803
الانعزال	0.030	0.652
عدم الاتقان	**0.244**	**0.001>**
الفشل	−0.022	0.721
التبعية	**−0.282**	**0.001>**
القابلية للانحياز	0.083	0.177
العلاقة الدمجية	−0.033	0.558
الخضوع	−0.148	0.027
التضحية	0.096	0.096
التحكم المفرط	0.049	0.391
متطلبات	−0.060	0.338
السيطرة	**0.241**	**0.001>**
نقص التحكم	−0.099	0.083

نلاحظ من الجدول رقم (43) أن أربعة من المتغيرات المتنبئة دالة إحصائيا فقط، حيث قيم بيتا المعيارية تسمح بترتيب هذه المتغيرات المتنبئة من الأهم وهي المتغيرات التي لها أكبر قيم بيتا معيارية

في نموذج الانحدار إلى أقل أهمية. ولقد بلغت قيمة بيتا المعيارية لأهم متغير متنبئ وهو بعد التبعية 0.282- والقيمة الاحتمالية <0.001، وهذا يعني أن التغير في بعد التبعية بدرجة واحدة يقابله تغير بقيمة 0.282- في بعد المبادرة لفعالية الذات. والمتغير المتنبئ الثاني هو بعد عدم الاتقان بلغت قيمة بيتا المعيارية 0.244 والقيمة الاحتمالية <0.001، وهذا يعني أن التغير في بعد عدم الاتقان بدرجة واحدة يقابله تغير بقيمة 0.244 بعد المبادرة لفعالية الذات. والمتغير المتنبئ الثالث هو بعد السيطرة بلغت قيمة بيتا المعيارية 0.241 والقيمة الاحتمالية <0.001، وهذا يعني أن التغير في بعد السيطرة بدرجة واحدة يقابله تغير بقيمة 0.241 بعد المبادرة لفعالية الذات. والمتغير المتنبئ الرابع هو بعد الإهمال بلغت قيمة بيتا المعيارية 0.178- والقيمة الاحتمالية 0.003، وهذا يعني أن التغير في بعد الإهمال بدرجة واحدة يقابله تغير بقيمة 0.187- بعد المبادرة لفعالية الذات.

وبالتالي نستنتج أن الفرضية الثانية تحققت فقط لأربع مخططات على الترتيب (التبعية، وعدم الاتقان، والسيطرة، والإهمال) تعتبر كمتنبئات ببعد المبادرة لفعالية الذات لدى عينة الدراسة، فحسب النتائج يعد مخطط التبعية/عدم الكفاءة، الذي يساهم بنسبة -28,2% في التنبؤ بدرجات بعد المبادرة للفعالية الذاتية، أي كلما زاد نشاط المخطط بدرجة واحدة تقل درجات بعد المبادرة للفعالية الذاتية ب -0,282، وهذا يتوافق مع الإطار النظري لمخطط التبعية/عدم الكفاءة الذي يؤمن اصحابه بحقيقة عجزه على مواجهة المسؤوليات اليومية دون مساعدة الآخرين (مثل: ادارة أمواله، حل المشكلات اليومية، استخدام الحس السليم، تولي مهام جديدة، اتخاذ القرار)، ويردد عادة "أنا عاجز عن...". غالبا ما يظهر هذا المخطط قصور ذاتي أو نقص في المبادرة. إضافة الى أن هذا المخطط الوحيد الذي ينتمي للمجال الثاني (نقص الاستقلالية والانجاز)، وهو مجال يشير الى أن الأفراد الذين لديهم مخططات في هذا المجال لهم توقعات اتجاه أنفسهم واتجاه العالم لا تتطابق مع قدراتهم المدركة على البقاء، للتصرف باستقلالية والتمكن من تحقيق النجاح الكافي. وهذا راجع للمعاملة الوالدية التي تلقوها في

طفولتهم، حيث كان أولياءهم يفعلون كل شيء بدلا عنهم ويفرطون في حمايتهم؛ أو على النقيض (في حالات نادرة) بالكاد كانوا يهتمون بهم (كلا الحالتين تؤدي إلى مخططات نقص الاستقلالية)، وغالبا ما يساهم أولياؤهم في زعزعة ثقتهم بأنفسهم ولم يتمكنوا من تقوية فعاليتهم خارج البيت، فهم غير قادرين على تحديد أهداف شخصية والتحكم في المهارات الضرورية. فيما يخص الفعالية يبقون أطفال في حياة الرشد. **(Young et al, 2005, p.43)** وحسب المقياس المستعمل في هذه الدراسة فالمبادرة يقصد بها السعي لمساعدة الآخرين فيما يقوم به الفرد من أعمال، والقدرة على التعامل مع المشكلات التي تواجهه، وحلها فضلا عن قدرته على اقناع الآخرين بالحوار. **(ولاء يوسف، 2016، ص.08)** اذن يمكن القول أن مخطط التبعية له تنبؤ عكسي بدرجات بعد المبادرة، فكلما زاد نشاط مخطط التبعية نقصت درجات بعد المبادرة.

أما مخطط عدم الاتقان/الخجل فكانت نتائجه طردية، أي كلما زاد نشاط هذا المخطط بدرجة واحدة زادت درجات بعد المبادرة بمقدار 0,244، وهي لاتتوافق مع الإطار النظري للمخططات فحسب **يونغ Young** فإن الحاملين لهذا المخطط يحكمون على أنفسهم بأنهم شخصية غير متكاملة، وغير قادرة، لا تؤثر في الآخرين، ولا يتحملون الانتقادات، التوبيخ ويتضايقون من مقارنتهم بالآخرين، يتميزون بنقص الثقة، والخجل والشعور بالنقص. **(Young et al, 2005, P.42)** وبالتالي يظهر أن التأثير يكون سلبيا على المبادرة لدى عينة الدراسة، عكس النتيجة المتحصل عليها في هذا البحث. لكن في حالة واحدة فقط يمكن أن تفسر هذه النتيجة الطردية، وهي استعمال الأفراد لأسلوب التعويض الذي يقاتل الأفراد فيه مخططهم من خلال الأفكار والعواطف والسلوكيات والأساليب العلائقية التي تتناسب مع نقيض المخطط. ويسعون جاهدين ليكونوا مختلفين قدر الإمكان عما كانوا عليه في طفولتهم عند إنشاء المخطط. فإذا كانوا يعتبرون أنفسهم عديمي القيمة عندما كانوا أطفالًا، فإنهم يحاولون كبالغين أن يكونوا مثاليين. على السطح يبدوا أنهم واثقون، لكنهم يشعرون في أعماقهم بثقل المخطط الذي يهدد بالظهور. **(Young et al,**

2005, p.64) يمكن اعتبار التعويض محاولة صحية نسبيًا لمحاربة المخطط، لكنها للأسف تتجاوز هذا الهدف، مما يساعد في الحفاظ على المخطط بدلاً من علاجه. يبدو أن العديد من المعوضين يتمتعون بصحة جيدة. في الواقع، من بين أكثر الأشخاص إثارة للإعجاب في مجتمعنا –نجوم الإعلام، والقادة السياسيون، ورجال الأعمال– العديد منهم يعوضون. **(young et al ,2005, p.65)** لذلك يمكن القول أن نشاط هذا المخطط مع وجود أسلوب التعويض يتنبأ بزيادة درجات بعد المبادرة.

إضافة لمخطط الحقوق الشخصية المبالغ فيها/السيطرة، الذي ينتمي للمجال الثالث (نقص الحدود) والتي كانت نتائجه طردية أيضا، أي كلما زاد نشاط هذا المخطط بدرجة واحدة زادت درجات بعد المبادرة بمقدار 0,241، وبالرجوع للإطار النظري نجده لا يتوافق مع بعد المبادرة، لأن بعد المبادرة فيه السعي لمساعدة الآخرين فيما يقوم به الفرد من أعمال، لكن الحاملين لهذا المخطط يعتقدون أنهم يجب أن يكونوا قادرين على فعل أو الحصول على ما يريدون بالضبط، بغض النظر عن التكلفة التي يتحملها الآخرون؛ أو لديهم ميل مفرط لتأكيد قوتهم أو وجهة نظرهم والسيطرة على الآخرين لمصلحتهم الخاصة. إنهم منشغلون بشكل مفرط بتفوقهم (نجاحهم، شهرتهم، قيمتهم). **(Young et al, 2005, p.45)** أي سيستغلون الآخرين لمصالحهم الشخصية، إلا في حالة واحدة فقط فهم يبدون اهتمام شديد لحاجات الآخرين. **(Young et al ,2005, p.68)** وهي حالة التعويض التي يقاتلون فيها مخططهم من خلال الأفكار والعواطف والسلوكيات والأساليب العلائقية التي تتناسب مع نقيض المخطط. **(Young et al, 2005, p.64)** لذلك عندما يظهر عليهم الاهتمام لحاجات الآخرين قد يكون دافعهم هو إظهار أهميتهم وتفوقهم بين أقرانهم، فحسب **يونغ Young** هذه الآلية صحية مادام يحترم مشاعر الآخرين، ويصبح غير صحي عندما يسعى الفرد لإظهار نفسه على أنه مثالي ومتفوق وفريد ومعصوم من الخطأ، ويخفي أخطائه، ولا يدرك أفعاله المؤذية والمذلة، كما هو الحال مع الأشخاص النرجسيين. **(Kahalé, 2009, p.102)** إضافة لهذا التحليل كما أشارنا سابقا في الفرضية الأولى، يمكن أن يكون مخطط الحقوق

الشخصية المبالغ فيها/السيطرة في بعض الأحيان شكلاً من أشكال التعويض لمخطط آخر، وفي هذه الحالة لا يكون الإفراط في التساهل عادة أصل هذا المخطط. **(Young et al, 2005, p.44)** حيث أظهرت نتائج الدراسة احتمالية تعويض مخطط السيطرة لمخطط عدم الاتقان/الخجل، وهذا ينطبق على الأفراد النرجسيين الذين يتصرفون كأشخاص ذوي حقوق شخصية مبالغ فيها، من أجل تعويض شعورهم بالنقص وعدم الكمال. **(Young et al, 2005, P.302)**

وعليه يمكن القول أن مخطط السيطرة في حالة التعويض يساهم في زيادة بعد المبادرة، بدافع مخطط عدم الاتقان في حالة استعمال أسلوب التعويض.

وأخيرا مخطط التخلي وعدم الاستقرار/الإهمال الذي تعد نتائجه الأقل مقارنة بالمخططات الدالة السابقة، ولها تأثير عكسي، أي كلما زاد نشاط هذا المخطط بدرجة واحدة نقصت درجات بعد المبادرة لدى عينة الدراسة بمقدار −0.178، إضافة لكونه مخطط دال جديد لم يظهر في نتائج الفرضية الأولى هذه النتيجة تتوافق مع الإطار النظري، فحسب **يونغ Young** هذا المخطط عبارة عن تصور الفرد أن الأشخاص المهمين لن يبقوا معه وسيتخلون عنه ويتركونه ولا يقدمون له الدعم، ولن يكونوا دوما حاضرين لأنهم لن يقبلوه أو سوف يموتون قريبا، أو يتخلون عنه للبقاء مع شخص آخر أفضل منه. **(Young et al, 2005,p.42)** هذا التصور يقود الشخص لا اراديا وبشكل متناقض إلى تهيئت الظروف الضارة في حياته كراشد مثل التي عاشها في الطفولة. **(Young et al, 2005, p.36)** فيلجأ الى المماطلة وتجنب المبادرة لأنها تسبب آثار سلبية في مختلف مجالات الحياة مثل العلاقات الأكاديمية والمهنية والاجتماعية وإدارة الشؤون المالية. قد يفقد الشخص الذي يعاني من التسويف الشديد عمله، أو يترك المدرسة، أو قد يعرض حياته الزوجية للخطر. وبالمثل، فإن المماطلين قد يعانون بشكل متزايد من ضائقة نفسية مرتبطة بنقص الإحساس بالسيطرة الشخصية، وتقدير الذات. **(Balkis et al,**

(2007, P.376) هذا ما يجعل الفرد يماطل لا إراديا لأنه يعيد احياء ما عاشه في طفولته من اهمال وتخلي وعدم قبول، عن طريق تجنب المبادرة، فيتنشط المخطط لأنه عثر على سياقه المألوف.

1-3- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة

تنص هذه الفرضية على أن المخططات المبكرة غير المتكيفة (النقص العاطفي، الشعور بالتخلي والإهمال وعدم الاستقرار، الشك والتعدي، الانطواء الاجتماعي، الشعور بالنقص والخجل، الفشل، التبعية وعدم الكفاءة، الخوف من المرض والخطر، العلاقات الدمجية، الحقوق الشخصية المتطلبة والمفرطة، نقص التحكم الذاتي الانفعالي، الخضوع، التضحية، التحكم الانفعالي المفرط، المتطلبات العالية) تعتبر كمتنبئات ببعد المثابرة للفعالية الذاتية لدى الطلبة، ولكي نقوم باختبار هذه الفرضية سنقوم باستخدام تحليل الانحدار المتعدد، وذلك بعد التحقق من أهم افتراضاته التالية:

1-3-1- التوزيع الطبيعي لدرجات الفعالية الذاتية: سنقوم بالتحقق من التوزيع الطبيعي لدرجات المتغير المتنبئ به وهو بعد المثابرة لفعالية الذاتية، وذلك باستخدام اختبار **شابيرو-ويلك (Shapiro- Wilk's Test)**، وهذا ما يوضحه الجدول رقم (44):

الجدول رقم (44) نتائج اختبار شابيرو-ويلك

	قيمة إختبار شابيرو ويلك	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية
بعد المثابرة لفعالية الذاتية	0.980	340	0.001>

نلاحظ من الجدول رقم (44) بأن قيمة اختبار شابيرو ويلك دالة إحصائيا وبالتالي نرفض الفرضية الصفرية بأن توزيع درجات بعد المثابرة لفعالية الذاتية لا تختلف عن التوزيع الطبيعي، وهذا يعني أن الدرجات لا تتوزع توزيعا طبيعيا، وبالتالي لم يتحقق الافتراض الأول لتحليل الانحدار المتعدد، وبالرغم من هذا لا يشكل مشكلا كبيرا لأن حجم العينة كبير نوعا ما.

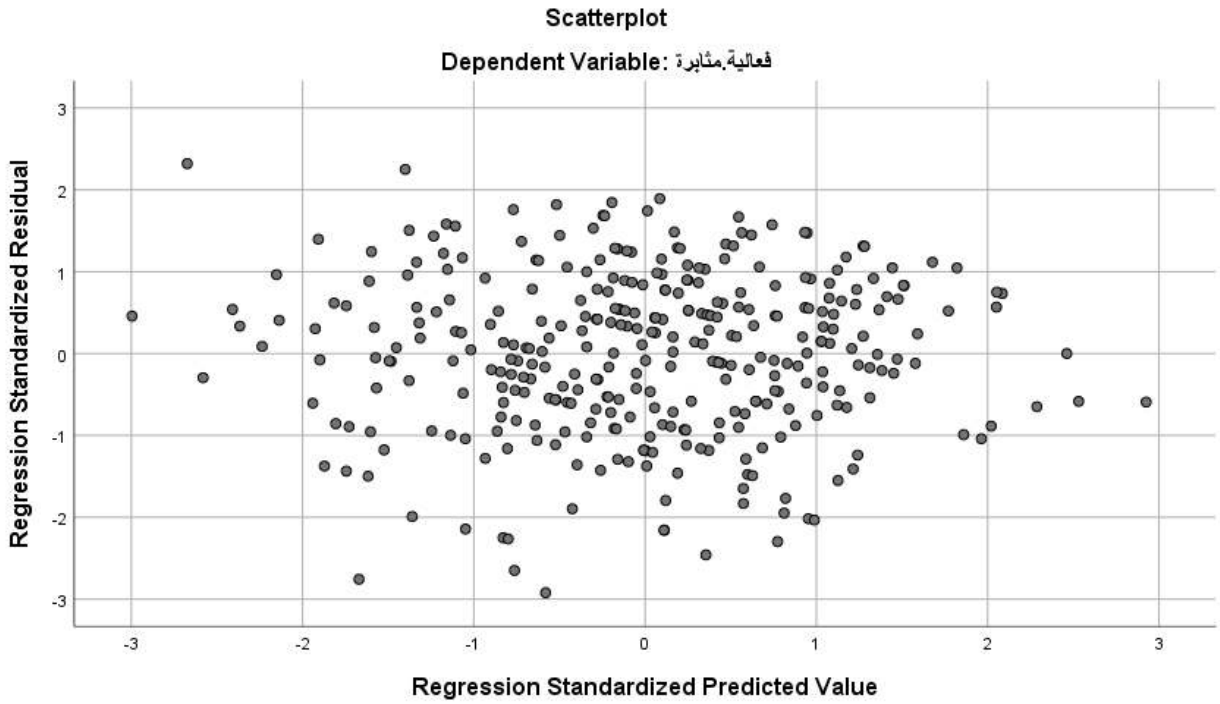
1-3-2- قيم الارتباطات بين المتغيرات: الافتراض الثاني الذي نتحقق منه لتحليل الانحدار المتعدد هو أن تكون قيم العلاقات الارتباطية بين المتغير المتنبئ به (بعد المثابرة لفعالية الذاتية) والمتغيرات المتنبئة (النقص العاطفي، الشعور بالتخلي والإهمال وعدم الاستقرار، الشك والتعدي، الانطواء الاجتماعي، الشعور بالنقص والخجل، الفشل، التبعية وعدم الكفاءة، الخوف من المرض والخطر، العلاقات الدمجية، الحقوق الشخصية المتطلبة والمفرطة، نقص التحكم الذاتي الانفعالي، الخضوع، التضحية، التحكم الانفعالي المفرط، المتطلبات العالية) أقل من 0.80، وفيما يلي عرض لمصفوفة الارتباطات بين المتغيرات، وهذا ما يبينه الجدول رقم (45):

الجدول رقم (45) مصفوفة الارتباطات بين المتغيرات

	الفعالية الذاتية	الحرمان	الاهمال	الحذر	الانعزال	عدم الاتقان	الفشل	التبعية	القابلية للانحياز	العلاقة الدمجية	الخضوع	التضحية	التحكم المفرط	المتطلبات	السيطرة
الحرمان	−0.195 0.001>														
الاهمال	−0.127 0.019	0.258 0.001>													
الحذر	−0.072 0.183	0.250 0.001>	0.294 0.001>												
الانعزال	−0.183 0.011	0.431 0.001>	0.333 0.001>	0.419 0.001>											
عدم الاتقان	−0.111 0.041	0.399 0.001>	0.294 0.001>	0.313 0.001>	0.464 0.001>										
الفشل	−0.242 0.001>	0.274 0.001>	0.341 0.001>	0.271 0.001>	0.317 0.001>	0.517 0.001>									
التبعية	−0.300 0.001>	0.267 0.001>	0.335 0.001>	0.296 0.001>	0.411 0.001>	0.329 0.001>	0.333 0.001>								
القابلية للانحياز	−0.073 0.177	0.189 0.001>	0.221 0.001>	0.417 0.001>	0.307 0.001>	0.199 0.001>	0.282 0.001>	0.347 0.001>							
العلاقة الدمجية	0.011 0.837	−0.077 0.155	0.354 0.001>	0.167 0.002	0.079 0.144	0.416 0.001>	0.524 0.001>	0.396 0.001>	0.170 0.002						
الخضوع	−0.290 0.001>	0.319 0.001>	0.292 0.001>	0.336 0.001>	0.361 0.001>	0.011 0.835	0.114 0.036	0.210 0.001>	0.218 0.001>	0.211 0.001>					
التضحية	0.031 0.568	0.093 0.088	0.179 0.001	0.240 0.001>	0.272 0.001>	0.159 0.001>	0.274 0.001>	0.231 0.001>	0.071 0.192	0.277 0.001>	0.211 0.001>				
التحكم المفرط	−0.069 0.203	0.233 0.001>	0.184 0.001	0.533 0.001>	0.352 0.001>	0.272 0.001>	0.159 0.001>	0.274 0.001>	0.231 0.001>	0.071 0.192	0.277 0.001>	0.156 0.004			
المتطلبات	0.013 0.808	0.030 0.585	0.197 0.001>	0.299 0.001>	0.165 0.002	0.189 0.001>	0.028 0.601	0.110 0.043	0.156 0.004	0.144 0.008	0.068 0.214	0.294 0.001>	0.192 0.001>		
السيطرة	0.078 0.152	0.072 0.187	0.197 0.001>	0.203 0.001>	0.240 0.001>	0.085 0.119	0.029 0.595	0.127 0.019	0.114 0.036	0.152 0.005	0.092 0.090	0.303 0.001>	0.197 0.001>	0.574 0.001>	
نقص التحكم	−0.189 0.001>	0.188 0.001>	0.259 0.001>	0.244 0.001>	0.231 0.001>	0.246 0.001>	0.210 0.001>	0.252 0.001>	0.244 0.001>	0.148 0.006	0.189 0.001>	0.239 0.001>	0.230 0.001>	0.282 0.001>	0.337 0.001>

نلاحظ من الجدول رقم (44) بأن قيم معاملات الارتباط بين المتغيرات المستقلة المتنبئة كلها أقل من 0.80، وبالتالي لا يوجد ارتباطات قوية. غير أن هناك بعض قيم معاملات الارتباط بين المتغيرات المتنبئة والمتغير المتنبئ به غير دالة إحصائيا، لكننا لن نقوم بحذفها من نموذج الانحدار.

1-3-3- وجود علاقة خطية بين المتغيرات وعدم ارتباط البواقي: لكي نتحقق من هذين الافتراضين نستخدم لوحة الانتشار المبينة في الشكل رقم (8):



الشكل رقم (8) لوحة الانتشار

نلاحظ من الشكل رقم (8) أنه لا توجد قيم خارج المدى (3- و3) في لوحة الانتشار، وبالتالي يمكننا القول إنه تحقق افتراض وجود علاقة خطية بين المتغير المتنبئ به والمتغيرات المتنبئة وكذلك افتراض عدم ارتباط البواقي.

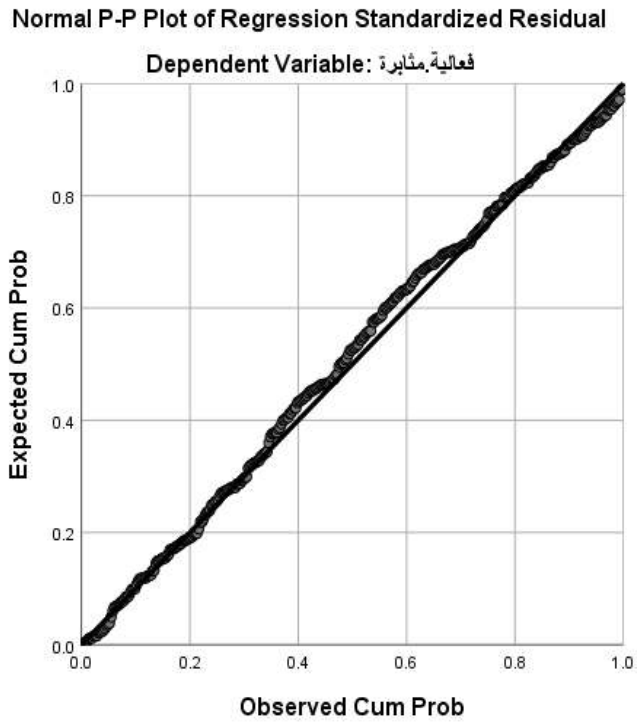
1-3-4- عدم وجود قيم متطرفة متعددة: للتحقق من هذا الافتراض نقوم بفحص قيم البواقي المعيارية وكذلك قيم Cook's Distance وهذا ما يبينه الجدول الرقم (45):

الجدول رقم (46) قيم البواقي

	القيمة الأصغر	القيمة الأكبر
البواقي المعيارية	-2.921	2.320
قيمـــــــة Cook	0.000	0.044

نلاحظ من الجدول رقم (45) أن القيم مقبولة، حيث أن القيمة الأصغر والأكبر للبواقي المعيارية ليست خارج المدى (3- و3). وكذلك قيمة Cook ليست أكبر من واحد.

1-3-5- التوزيع الطبيعي للبواقي: يمكننا التحقق من هذا الافتراض بواسطة لوحة الانتشار المبينة في الشكل رقم (8) أعلاه حيث لا توجد قيم خارج المدى (3- و3)، كما يمكننا فحص توزيع البواقي بواسطة الشكل رقم (9):



الشكل رقم (9) توزيع درجات البواقي المعيارية

نلاحظ من الشكل رقم (9) أن النقاط قريبة من الخط، وبالتالي يمكننا القول إنه تحقق افتراض التوزيع الطبيعي للبواقي.

بما أن كل افتراضات تحليل الانحدار المتعدد قد تحققت وبالتالي يمكننا استخدامه للحصول على معادلة الانحدار المتعدد، حيث كانت قيمتها دالة إحصائيا (قيمة ف (15، 324) = 5.370، والقيمة الاحتمالية <0.001)، ولقد كانت قيمة معامل التحديد (R^2= 0.446) وهذا يعني أن 44.6% من التباين في المتغير المتنبئ به بعد المثابرة لفعالية الذات تفسره المتغيرات المتنبئة. وفيما يلي نقوم بعرض قيم بيتا المعيارية لكل المتغيرات المتنبئة كما يوضحه الجدول رقم (46):

الجدول رقم (47): قيم بيتا المعيارية للمتغيرات المتنبئة

المتغير المتنبئ	قيمة بيتا المعيارية	القيمة الاحتمالية
الحرمان	−0.098	0.098
الإهمال	−0.024	0.680
الحذر	0.036	0.550
الانعزال	−0.034	0.608
عدم الاتقان	**0.184**	**0.006**
الفشل	−0.084	0.177
التبعية	**−0.197**	**0.004**
القابلية للانحياز	0.080	0.193
العلاقة الدمجية	0.073	0.201
الخضوع	**−0.243**	**0.001>**
التضحية	0.070	0.225
التحكم المفرط	0.011	0.852
متطلبات	−0.067	0.279
السيطرة	**0.182**	**0.004**
نقص التحكم	**−0.188**	**0.001**

نلاحظ من الجدول رقم (46) أن خمسة من المتغيرات المتنبئة دالة إحصائيا فقط، حيث قيم بيتا المعيارية تسمح بترتيب هذه المتغيرات المتنبئة من الأهم وهي المتغيرات التي لها أكبر قيم بيتا معيارية في نموذج الانحدار إلى أقل أهمية.

ولقد بلغت قيمة بيتا المعيارية لأهم متغير متنبئ وهو بعد الخضوع 0.243- والقيمة الاحتمالية <0.001، وهذا يعني أن التغير في بعد الخضوع بدرجة واحدة يقابله تغير بقيمة 0.243- في بعد المثابرة لفعالية الذات. والمتغير المتنبئ الثاني هو بعد التبعية بلغت قيمة بيتا المعيارية 0.197- والقيمة الاحتمالية 0.001، وهذا يعني أن التغير في بعد التبعية بدرجة واحدة يقابله تغير بقيمة 0.197- في بعد المثابرة لفعالية الذات.

والمتغير المتنبئ الثالث هو بعد نقص التحكم بلغت قيمة بيتا المعيارية 0.188- والقيمة الاحتمالية <0.001، وهذا يعني أن التغير في بعد نقص التحكم بدرجة واحدة يقابله تغير بقيمة 0.188- في بعد المثابرة لفعالية الذات. والمتغير المتنبئ الرابع هو بعد عدم الاتقان بلغت قيمة بيتا المعيارية 0.184- والقيمة الاحتمالية 0.002، وهذا يعني أن التغير في مخطط عدم الاتقان بدرجة واحدة يقابله تغير بقيمة 0.184- في بعد المثابرة لفعالية الذات.

والمتغير المتنبئ الخامس هو بعد السيطرة بلغت قيمة بيتا المعيارية 0.182 والقيمة الاحتمالية 0.001، وهذا يعني أن التغير في بعد نقص التحكم بدرجة واحدة يقابله تغير بقيمة 0.182 في بعد المثابرة لفعالية الذات.

وبالتالي نستنتج أن الفرضية الثالثة تحققت فقط لخمس مخططات (الخضوع، والتبعية، ونقص التحكم، وعدم الاتقان، والسيطرة) تعتبر كمتنبئات لبعد المثابرة لفعالية الذات لدى عينة الدراسة من بين 15

مخطط. حيث لم يظهر أي مخطط جديد نشط في هذه الفرضية، وكان مخطط الخضوع أكثرها تنبؤا بقيمة – 0,243، أي تأثير عكسي فكلما زاد نشاط مخطط الخضوع نقصت درجات بعد المثابرة بقيمة –0,243، وهذا ما يتوافق مع الإطار النظري، فحسب **يونغ Young** فإن الفرد الحامل لهذا المخطط يدرك حاجاته كأنها دون قيمة ولا أهمية، ويظهر هذا على شكل انقياد واضح أو رغبة قوية في إرضاء الغير؛ لكن الفرد يظهر فرط الحساسية تجاه المواقف التي "يعرض نفسه لها"؛ وغالبًا ما يكون هناك غضب مكبوت، مما يسبب أعراضًا مثل السلوك السلبي/العدواني، أو نوبات الغضب غير المنضبطة. **(Young, 2005, p.46)** وهذا يتنافى مع بعد المثابرة حسب المقياس المستعمل في هذه الدراسة، الذي يدل على إخراج الفرد لطموحاته من داخله إلى حيز الوجود، والمثابرة تعني الاستمرارية وانتقال الفرد من نجاح الى نجاح، والشخصية الفعالة نشطة حيوية لا تفتر همتها مهما أصابها من عقبات ومواقف محبطة. **(ولاء يوسف، 2016، ص.08)** لذلك فعدم قدرة الفرد على إخراج طموحاته من داخله وإلغاء رغباته وتفضيلاته الخاصة، وخضوعه لرغبات الآخرين يجعله أقل مثابرة. بدليل ما وصلت اليه دراسة **روبرت وآخرون Robert and al (2015)** حول حرية الاختيار وأداء المهام والمثابرة، أن الأشخاص الذين يختارون مهمة ما بحرية سيستمرون في هذه المهمة لفترة أطول من أولئك الذين يجبرون على القيام بها. وعندما يبدي حساسية مفرطة تجاه خضوعه لتفضيلات الآخرين، يسبب هذا سلوكا عدواني، أو نوبات غضب غير منضبطة. **(Robert and al, 2015, P.75)**

أما مخطط التبعية/عدم الكفاءة كانت نتائجه عكسية أيضا، أي كلما زاد نشاط مخطط التبعية نقصت درجات بعد المثابرة بمقدار –0,197، وهذا يتوافق مع ما يحمله المخطط حيث يؤمن الفرد بحقيقة عجزه على مواجهة المسؤوليات اليومية دون مساعدة الآخرين (مثل: ادارة ماله، حل

المشكلات اليومية، استخدام الحس السليم، تولي مهام جديدة، اتخاذ القرار)، ويردد عادة "أنا عاجز عن...". **(Young et al, 2005, p.43)** وهذا ما تؤكده دراسة **روبرت وآخرون Robert and al (2015)** التي تشيد بأهمية حرية اختيار الأنشطة فهي تزيد من المثابرة والاستمرارية.

(Robert and al, 2015, P.75)

يلي هذا المخطط في الترتيب مخطط نقص التحكم الذاتي والانضباط الشخصي بتنبؤ عكسي يقدر ب −188,0، أي كلما زاد نشاط مخطط نقص التحكم بدرجة واحدة كلما نقصت درجات بعد المثابرة ب− 0,188، وهذا ما يتوافق مع الإطار النظري للمخططات فحسب **يونغ Young** المشكل الأساسي لهذا المخطط هو عدم القدرة أو رفض التحكم في الذات، كذلك عدم الرغبة في الإحباط عند تحقيق الأهداف الشخصية. لا يستطيع تحمل حرمانه من رغباته، ولا يستطيع أن يخفف من التعبير عن انفعالاته واندفاعاته. لذلك في الشكل المخفف لهذا المخطط، يحاول المفحوص بأي ثمن تجنب ما هو مؤلم له: فهو يتجنب المعاناة، والصراعات، والمواجهات، والمسؤوليات، والجهود الشخصية المفرطة من حيث الالتزام والنزاهة والإنجاز الشخصي.**(Young et al, 2005, p.45)** لذلك كانت النتائج عكسية لأن أصحاب هذا المخطط سيتجنبون التحديات التي تعترضهم وهذا ما ينعكس على الالتزام والمثابرة. فهم يفضلون إرضاء الرغبات قصيرة المدى بدلاً من الرغبات طويلة المدى مهما كانت العواقب. **(Kahalé, 2009, p.93)**

لكن مخطط عدم الاتقان/الخجل مقارنة بالمخططات السابقة كانت نتائجه طردية، أي كلما زاد نشاط المخطط بدرجة واحدة زادت درجات بعد المثابرة بقيمة 0,184، وكما ذكرنا سابقا في تحليل الفرضية الأولى فإن هذا المخطط لا يتوافق مع النتائج الطردية المتحصل عليها، لأنه يحكم على نفسه بأنه شخصية غير متكاملة، وغير قادرة، لا تؤثر في الآخرين، ولا يتحمل

الانتقادات، التوبيخ ويتضايق من مقارنته بالآخرين، يتميز بنقص الثقة، والخجل والشعور بالنقص. **(Young, 2005,p.42)** هذه الصفات لا يمكنها زيادة المثابرة لأن المثابرة تحتاج استمرارية وتجاوز العقبات والمواقف المحبطة. لكن هناك حالة واحدة فقط حسب الإطار النظري للمخططات، يمكنها أن تتوافق مع النتائج المتحصل عليها وهي استعمال أصحاب المخطط لأسلوب التعويض، عندما يعوض الأفراد، فإنهم يقاتلون مخططهم من خلال الأفكار والعواطف والسلوكيات والأساليب العلائقية التي تتناسب مع نقيض المخطط. **(Young et al, 2005, p.64)** لذلك ينتقد ويرفض الآخرين، وفي نفس الوقت يحاول أن يصبح مثاليا. **(Young et al, 2005, p.67)** هذه الآلية صحية مادام يحترم مشاعر الآخرين، ويصبح غير صحي عندما يسعى الفرد لإظهار نفسه على أنه مثالي ومتفوق وفريد ومعصوم من الخطأ، ويخفي أخطائه، ولا يدرك أفعاله المؤذية والمذلة، كما هو الحال مع الأشخاص النرجسيين. **(Kahalé, 2009, p.102)** وعليه فنشاط هذا المخطط مع أسلوب التعويض يمكن أن يزيد من درجات بعد المثابرة لدى عينة الدراسة.

إن التنبؤ الطردي موجود أيضا في مخطط الحقوق الشخصية المبالغ فيها/السيطرة، حيث تزيد درجات بعد المثابرة بمقدار 0,182 إذا زاد نشاط مخطط السيطرة بدرجة واحدة، وهذا يتوافق مع الأدبيات النظرية للمخططات لأن الحاملين لهذا المخطط يعتقدون أنهم يجب أن يكونوا قادرين على فعل أو الحصول على ما يريدون بالضبط، بغض النظر عن التكلفة التي يتحملها الآخرون؛ أو لديهم ميل مفرط لتأكيد قوتهم أو وجهة نظرهم والسيطرة على الآخرين لمصلحتهم الخاصة. إنهم منشغلون بشكل مفرط بتفوقهم (نجاحهم، شهرتهم، قيمتهم). **(Young et al, 2005, p.45)** وكما ذكرنا سابقا في

الفرضية الأولى والثانية نجد أن هذا المخطط يمكن أن يكون في بعض الأحيان شكلاً من أشكال التعويض لمخطط آخر. **(Young et al, 2005, p.44)** حيث أظهرت نتائج الدراسة احتمالية تعويض مخطط السيطرة لمخطط عدم الاتقان/الخجل، وهذا ينطبق على الأفراد النرجسيين الذين يتصرفون كأشخاص ذوي حقوق شخصية مبالغ فيها، من أجل تعويض شعورهم بالنقص وعدم الكمال. **(Young et al, 2005, P.302)** وكأن مخطط السيطرة يتنبأ بزيادة بعد المثابرة بدافع مخطط عدم الاتقان في حالة استعمال أسلوب التعويض.

1-4- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة

تنص هذه الفرضية على أن المخططات المبكرة غير المتكيفة (النقص العاطفي، الشعور بالتخلي والإهمال وعدم الاستقرار، الشك والتعدي، الانطواء الاجتماعي، الشعور بالنقص والخجل، الفشل، التبعية وعدم الكفاءة، الخوف من المرض والخطر، العلاقات الدمجية، الحقوق الشخصية المتطلبة والمفرطة، نقص التحكم الذاتي الانفعالي، الخضوع، التضحية، التحكم الانفعالي المفرط، المتطلبات العالية) تعتبر كمتنبئات ببعد المجهود لدى الطلبة الجامعيين، ولكي نقوم باختبار هذه الفرضية سنقوم باستخدام تحليل الانحدار المتعدد، وذلك بعد التحقق من أهم افتراضاته التالية:

1-4-1- التوزيع الطبيعي لدرجات الفعالية الذاتية

سنقوم بالتحقق من التوزيع الطبيعي لدرجات المتغير المتنبئ به وهو بعد المجهود، وذلك باستخدام اختبار شابيرو-ويلك (Shapiro-Wilk's Test)، وهذا ما يوضحه الجدول رقم (47):

الجدول رقم (48) نتائج اختبار شابيرو–ويلك

	قيمة إختبار شابيرو ويلك	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية
بعد المجهود	0.980	319	0.001>

نلاحظ من الجدول رقم (47) بأن قيمة اختبار شابيرو ويلك دالة إحصائيا وبالتالي نرفض الفرضية الصفرية بأن توزيع درجات بعد المجهود لا تختلف عن التوزيع الطبيعي، وهذا يعني أن الدرجات لا تتوزع توزيعا طبيعيا، وبالتالي لم يتحقق الافتراض الأول لتحليل الانحدار المتعدد، بالرغم من ذلك سنكمل التحليل للتأكد خاصة من التوزيع الطبيعي للبواقي.

1-4-2- قيم الارتباطات بين المتغيرات

الافتراض الثاني الذي نتحقق منه لتحليل الانحدار المتعدد هو أن تكون قيم العلاقات الارتباطية بين المتغير المتنبئ به (بعد المجهود) والمتغيرات المتنبئة (النقص العاطفي، الشعور بالتخلي والإهمال وعدم الاستقرار، الشك والتعدي، الانطواء الاجتماعي، الشعور بالنقص والخجل، الفشل، التبعية وعدم الكفاءة، الخوف من المرض والخطر، العلاقات الدمجية، الحقوق الشخصية المتطلبة والمفرطة، نقص التحكم الذاتي الانفعالي، الخضوع، التضحية، التحكم الانفعالي المفرط، المتطلبات العالية) أقل من 0.80، وفيما يلي عرض لمصفوفة الارتباطات بين المتغيرات، وهذا ما يبينه الجدول رقم (48):

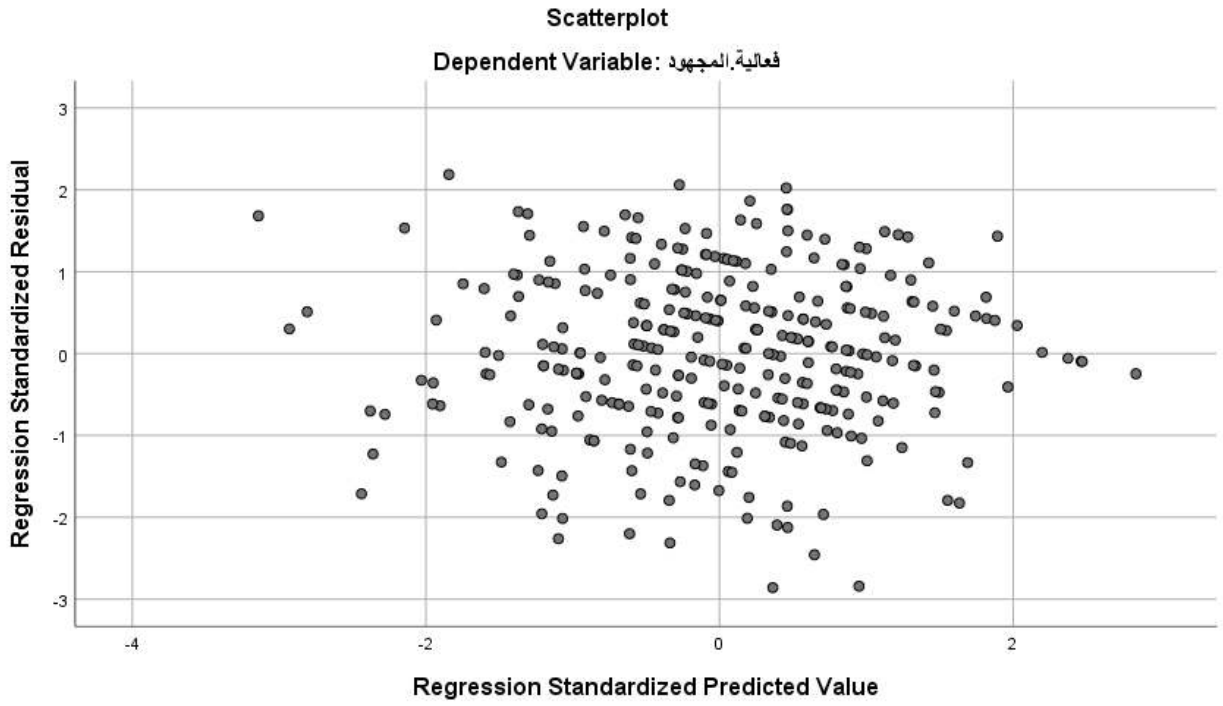
الجدول رقم (49) مصفوفة الارتباطات بين المتغيرات

	بعد المجهود	الحرمان	الاهمال	الحذر	الانعزال	عدم الاتقان	الفشل	التبعية	القابلية للانحياز	العلاقة الدمجية	الخضوع	التضحية	التحكم المفرط	المتطلبات	السيطرة
الحرمان	−0.104														
الاهمال	−0.084	0.269 0.001>													
الحذر	−0.027	0.241 0.001>	0.297 0.001>												
الانعزال	−0.101	0.435 0.001>	0.334 0.001>	0.459 0.001>											
عدم الاتقان	−0.015	0.418 0.001>	0.320 0.001>	0.311 0.001>	0.459 0.001>										
الفشل	−0.211 0.001>	0.286 0.001>	0.300 0.001>	0.399 0.001>	0.311 0.001>	0.396 0.001>									
التبعية	−0.227 0.001>	0.293 0.001>	0.348 0.001>	0.308 0.001>	0.399 0.001>	0.448 0.001>	0.518 0.001>								
القابلية للانحياز	−0.041	0.193 0.001>	0.349 0.001>	0.483 0.001>	0.308 0.001>	0.275 0.001>	0.318 0.001>	0.335 0.001>							
العلاقة الدمجية	−0.014	−0.066	0.226 0.001>	0186 0.002	0.077	0.491 0.001>	0.198 0.001>	0.396 0.001>	0.341 0.002						
الخضوع	−0.161 0.001>	0.340 0.001>	0.355 0.001>	0.339 0.001>	0.348 0.001>	0.077	0.415	0.210 0.001>	0.218 0.001>	0.180 0.001>					
التضحية	0.068	0.076	0.277 0.001	0.247 0.001>	0.266 0.001>	0.348 0.001>	0.146 0.001>	0.231 0.001>	0.071	0.277 0.001>	0.280 0.001>				
التحكم المفرط	−0.022	0.36 0.001>	0.181 0.001	0.297 0.001>	0.349 0.001>	0.266 0.001>	0.190 0.001>	0.274 0.001>	0.231 0.001>	0.071	0.277 0.001>	0.248			
المتطلبات	0.071	0.016	0.170 0.001>	0.197 0.001>	0.159 0.002	0.349 0.001>	0.028	0.110	0.156	0.144	0.068	0.294 0.001>	0.184 0.001>		
السيطرة	0.103	0.041	0.215 0.001>	0.201 0.001>	0.222 0.001>	0.159	0.167	0.039	0.113	0.158	0.134	0.158 0.001>	0.227 0.001>	0.265 0.001>	
نقص التحكم	−0.160	0.176 0.001>	0.265 0.001>	0.229 0.001>	0.217 0.001>	0.217 0.001>	0.230 0.001>	0.190 0.001>	0.243 0.001>	0.230	0.134 0.001>	0.158 0.001>	0.227 0.001>	0.218 0.001>	0.326 0.001>

نلاحظ من الجدول رقم (48) بأن قيم معاملات الارتباط بين المتغيرات المستقلة المتنبئة كلها أقل من 0.80، وبالتالي لا يوجد ارتباطات قوية. غير أن هناك بعض قيم معاملات الارتباط بين المتغيرات المتنبئة والمتغير المتنبئ به غير دالة إحصائيا، لكننا لن نقوم بحذفها من نموذج الانحدار.

1-4-3- وجود علاقة خطية بين المتغيرات وعدم ارتباط البواقي

لكي نتحقق من هذين الافتراضين نستخدم لوحة الانتشار المبينة في الشكل رقم (10):



الشكل رقم (10) لوحة الانتشار

نلاحظ من الشكل رقم (10) أنه لا توجد قيم خارج المدى (3- و3) في لوحة الانتشار، وبالتالي يمكننا القول إنه تحقق افتراض وجود علاقة خطية بين المتغير المتنبئ به والمتغيرات المتنبئة وكذلك افتراض عدم ارتباط البواقي.

1-4-4- عدم وجود قيم متطرفة متعددة

للتحقق من هذا الافتراض نقوم بفحص قيم البواقي المعيارية وكذلك قيم Cook's Distance وهذا ما يبينه الجدول الرقم (49):

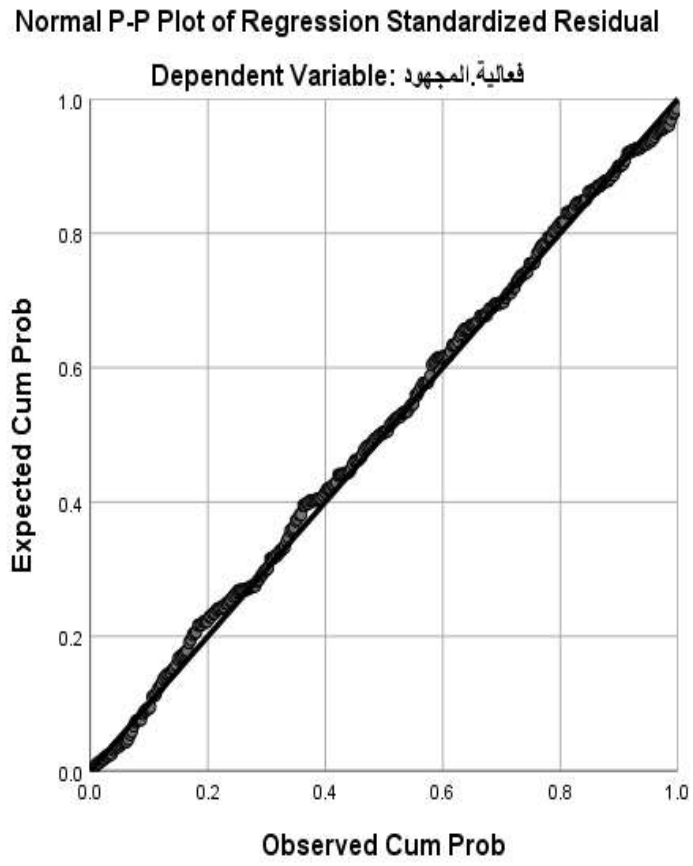
الجدول رقم (50) قيم البواقي

	القيمة الأصغر	القيمة الأكبر
البواقي المعيارية	-2.860	2.187
قيمـــــة Cook	0.000	0.035

نلاحظ من الجدول رقم (49) أن القيم مقبولة، حيث أن القيمة الأصغر والأكبر للبواقي المعيارية ليست خارج المدى (3- و3). وكذلك قيمة Cook ليست أكبر من واحد.

1-4-5- التوزيع الطبيعي للبواقي

يمكننا التحقق من هذا الافتراض بواسطة لوحة الانتشار المبينة في الشكل رقم (10) أعلاه حيث لا توجد قيم خارج المدى (3- و3)، كما يمكننا فحص توزيع البواقي بواسطة الشكل رقم (11):



الشكل رقم (11) توزيع درجات البواقي المعيارية

نلاحظ من الشكل رقم (11) أن النقاط قريبة من الخط، وبالتالي يمكننا القول إنه تحقق افتراض التوزيع الطبيعي للبواقي.

بما أن كل افتراضات تحليل الانحدار المتعدد قد تحققت وبالتالي يمكننا استخدامه للحصول على معادلة الانحدار المتعدد، حيث كانت قيمتها دالة إحصائيا (قيمة ف (15، 303) = 3.553، والقيمة الاحتمالية <0.001)، ولقد كانت قيمة معامل التحديد (R^2= 0.387) وهذا يعني أن 38.7% من التباين في المتغير المتنبئ به بعد المجهود تفسره المتغيرات المتنبئة. وفيما يلي نقوم بعرض قيم بيتا المعيارية لكل المتغيرات المتنبئة كما يوضحه الجدول رقم (50):

الجدول رقم (51): قيم بيتا المعيارية للمتغيرات المتنبئة

المتغير المتنبئ	قيمة بيتا المعيارية	القيمة الاحتمالية
الحرمان	−0.018	0.771
الإهمال	−0.029	0.642
الحذر	0.045	0.489
الانعزال	−0.095	0.172
عدم الاتقان	**0.220**	**0.002**
الفشل	−0.121	0.068
التبعية	**−0.169**	**0.019**
القابلية للانحياز	0.055	0.399
العلاقة الدمجية	0.039	0.513
الخضوع	−0.130	0.067
التضحية	0.104	0.085
التحكم المفرط	0.007	0.913
متطلبات	0.001	0.984
السيطرة	**0.160**	**0.017**
نقص التحكم	**−0.201**	**0.001**

نلاحظ من الجدول رقم (50) أن أربعة من المتغيرات المتنبئة دالة إحصائيا فقط، حيث قيم بيتا المعيارية تسمح بترتيب هذه المتغيرات المتنبئة من الأهم وهي المتغيرات التي لها أكبر قيم بيتا معيارية في نموذج الانحدار إلى أقل أهمية. ولقد بلغت قيمة بيتا المعيارية لأهم متغير متنبئ وهو بعد عدم الاتقان 0.220- والقيمة الاحتمالية 0.002، وهذا يعني أن التغير في بعد عدم الاتقان بدرجة واحدة يقابله تغير بقيمة 0.220- في بعد المجهود. والمتغير المتنبئ الثاني هو نقص التحكم بلغت قيمة بيتا المعيارية 0.201- والقيمة الاحتمالية 0.001، وهذا يعني أن التغير في بعد نقص التحكم بدرجة واحدة يقابله تغير بقيمة 0.201- في بعد المجهود. والمتغير المتنبئ الثالث هو بعد التبعية بلغت قيمة بيتا المعيارية 0.169- والقيمة الاحتمالية 0.019، وهذا يعني أن التغير في بعد التبعية بدرجة واحدة يقابله تغير بقيمة 0.169- في بعد المجهود. والمتغير المتنبئ الرابع هو بعد السيطرة بلغت قيمة بيتا المعيارية 0.160 والقيمة الاحتمالية 0.017، وهذا يعني أن التغير في بعد السيطرة بدرجة واحدة يقابله تغير بقيمة 0.160 في بعد المجهود.

وبالتالي نستنتج أن الفرضية الرابعة تحققت فقط لأربع مخططات على الترتيب (عدم الاتقان، نقص التحكم، التبعية، السيطرة) كمتنبئات ببعد المجهود لدى عينة الدراسة، انطلاقا من هذه النتائج يرى الباحث أن يبدأ بالمخططات ذات المساهمة الطردية، وأولها مخطط عدم الاتقان/الخجل، الذي يساهم بنسبة 22% في التنبؤ بدرجات بعد المجهود لفعالية الذات، أي كلما زاد نشاط المخطط بدرجة واحدة يزيد مستوى درجات بعد المجهود ب 0,220، وهذا يتوافق مع الاطار النظري للمخططات فحسب **يونغ Young** فإن الحاملين لهذا المخطط يحكمون على أنفسهم بأنهم شخصية غير متكاملة، وغير قادرة، لا تؤثر في الآخرين، ولا يتحملون الانتقادات، التوبيخ ويتضايقون من مقارنتهم بالآخرين، يتميزون بنقص الثقة، والخجل والشعور بالنقص.

(Young et al, 2005, P.42) وبالتالي يظهر أن التأثير يكون سلبيا على المجهود الذي حدد في هذا المقياس على أنه: " تفضيل الفرد القيام بالأعمال التي تتطلب جهدا ووقتا في تنفيذها، والسعي باستمرار رغم الفشل من أجل الوصول الى أهدافه" **(ولاء يوسف، 2016، ص.08)**، وهذا عكس النتيجة المتحصل عليها في هذا البحث. لكن وبالتعمق أكثر في نظرية المخططات توجد حالة واحدة فقط يمكن أن تفسر هذه النتيجة الطردية، وهي استعمال أسلوب التعويض الذي يقاتل الأفراد فيه مخططهم من خلال الأفكار والعواطف والسلوكيات والأساليب العلائقية التي تتناسب مع نقيض المخطط. ويسعون جاهدين ليكونوا مختلفين قدر الإمكان عما كانوا عليه في طفولتهم عند إنشاء المخطط. فإذا كانوا يعتبرون أنفسهم عديمي القيمة عندما كانوا أطفالًا، فإنهم يحاولون كبالغين أن يكونوا مثاليين. على السطح يبدوا أنهم واثقون، لكنهم يشعرون في أعماقهم بثقل المخطط الذي يهدد بالظهور. **(Young et al, 2005, p.64)** يمكن اعتبار التعويض محاولة صحية نسبيًا لمحاربة المخطط، لكنها للأسف تتجاوز هذا الهدف، مما يساعد في الحفاظ على المخطط بدلاً من علاجه. يبدو أن العديد من المعوضين يتمتعون بصحة جيدة. في الواقع، من بين أكثر الأشخاص إثارة للإعجاب في مجتمعنا –نجوم الإعلام، والقادة السياسيون، ورجال الأعمال– العديد منهم يعوضون. **(young et al ,2005, p.65)** لذلك يمكن القول أن نشاط هذا المخطط مع وجود أسلوب التعويض يتنبأ بزيادة درجات بعد المجهود لدى الطلبة الجامعيين في هذه العينة. هذا بالنسبة للمخطط الأكثر مساهمة طرديا، أما الذي يليه هو مخطط السيطرة.

إن مخطط الحقوق الشخصية المبالغ فيها/السيطرة، كانت نتائجه طردية أيضا، أي كلما زاد نشاط هذا المخطط بدرجة واحدة زادت درجات بعد المجهود بمقدار 0,241، هذه النتيجة لا تتوافق مع الإطار النظري، لأن الحاملين لهذا المخطط يعتقدون أنهم يجب أن يكونوا قادرين على فعل أو الحصول على ما يريدون

بالضبط، بغض النظر عن التكلفة التي يتحملها الآخرون؛ أو لديهم ميل مفرط لتأكيد قوتهم أو وجهة نظرهم والسيطرة على الآخرين لمصلحتهم الخاصة. إنهم منشغلون بشكل مفرط بتفوقهم (نجاحهم، شهرتهم، قيمتهم). **(Young et al, 2005, p.45)** أي سيستغلون الآخرين لمصالحهم الشخصية، إلا في حالة واحدة فقط فهم يبدون اهتمام شديد لحاجات الآخرين. **(Young et al ,2005, p.68)** وهي حالة التعويض التي يقاتلون فيها مخططهم من خلال الأفكار والعواطف والسلوكيات والأساليب العلائقية التي تتناسب مع نقيض المخطط. **(Young et al, 2005, p.64)** لذلك عندما يظهر عليهم الاهتمام لحاجات الآخرين قد يكون دافعهم هو إظهار أهميتهم وتفوقهم بين أقرانهم، فحسب **يونغ Young** هذه الآلية صحية مادام يحترم مشاعر الآخرين، ويصبح غير صحي عندما يسعى الفرد لإظهار نفسه على أنه مثالي ومتفوق وفريد ومعصوم من الخطأ، ويخفي أخطائه، ولا يدرك أفعاله المؤذية والمذلة، كما هو الحال مع الأشخاص النرجسيين. **(Kahalé, 2009, p.102)** إضافة لهذا التحليل كما أشارنا سابقا في الفرضية الأولى، يمكن أن يكون مخطط الحقوق الشخصية المبالغ فيها/السيطرة في بعض الأحيان شكلاً من أشكال التعويض لمخطط آخر، وفي هذه الحالة لا يكون الإفراط في التساهل عادة أصل هذا المخطط. **(Young et al, 2005, p.44)** حيث أظهرت نتائج الدراسة احتمالية تعويض مخطط السيطرة لمخطط عدم الاتقان/الخجل، وهذا ينطبق على الأفراد النرجسيين الذين يتصرفون كأشخاص ذوي حقوق شخصية مبالغ فيها، من أجل تعويض شعورهم بالنقص وعدم الكمال. **(Young et al, 2005, P.302)** وعليه يمكن القول أن مخطط السيطرة في حالة التعويض يساهم في زيادة بعد المجهود، بدافع مخطط عدم الاتقان في حالة استعمال أسلوب التعويض.

وبالرجوع للمخططات ذات المساهمة العكسية يلاحظ من النتائج أن مخطط نقص التحكم الذاتي والانضباط الشخصي يساهم بتنبؤ عكسي يقدر ب −20,1%، أي كلما زاد نشاط مخطط نقص التحكم

بدرجة واحدة كلما نقصت درجات بعد المثابرة ب-0,201، وهذا ما يتوافق مع الإطار النظري للمخططات فحسب **يونغ Young** المشكل الأساسي لهذا المخطط هو عدم القدرة أو رفض التحكم في الذات، كذلك عدم الرغبة في الإحباط عند تحقيق الأهداف الشخصية. لا يستطيع تحمل حرمانه من رغباته، ولا يستطيع أن يخفف من التعبير عن انفعالاته واندفاعاته. لذلك في الشكل المخفف لهذا المخطط، يحاول الفرد بأي ثمن تجنب ما هو مؤلم له: فهو يتجنب المعاناة، والصراعات، والمواجهات، والمسؤوليات، والجهود الشخصية المفرطة من حيث الالتزام والنزاهة والإنجاز الشخصي.**(Young et al, 2005, p.45)** لذلك كانت النتائج عكسية لأن أصحاب هذا المخطط سيتجنبون التحديات التي تعترضهم وهذا ما ينعكس المجهود الذي يبذلونه. فهم يفضلون إرضاء الرغبات قصيرة المدى بدلاً من الرغبات طويلة المدى مهما كانت العواقب.

(Kahalé, 2009, p.93)

أما مخطط التبعية/عدم الكفاءة، الذي يساهم بنسبة تنبؤ عكسي -16,9% في التنبؤ بدرجات بعد المجهود للفعالية الذاتية، أي كلما زاد نشاط المخطط بدرجة واحدة تقل درجات بعد المجهود ب -0,169، وهذا يتوافق مع الإطار النظري لمخطط التبعية/عدم الكفاءة الذي يؤمن اصحابه بحقيقة عجزه على مواجهة المسؤوليات اليومية دون مساعدة الآخرين (مثل: ادارة أمواله، حل المشكلات اليومية، استخدام الحس السليم، تولي مهام جديدة، اتخاذ القرار)، ويردد عادة "أنا عاجز عن...". غالبا ما يظهر هذا المخطط قصور ذاتي أو نقص في المبادرة. إضافة الى أن هذا المخطط الوحيد الذي ينتمي للمجال الثاني (نقص الاستقلالية والانجاز)، وهو مجال يشير الى أن الأفراد الذين لديهم مخططات في هذا المجال لهم توقعات اتجاه أنفسهم واتجاه العالم لا تتطابق مع قدراتهم المدركة على البقاء، للتصرف باستقلالية والتمكن من تحقيق النجاح الكافي. وهذا راجع للمعاملة الوالدية التي تلقوها في طفولتهم، حيث كان أولياءهم يفعلون كل

شيء بدلا عنهم ويفرطون في حمايتهم؛ أو على النقيض (في حالات نادرة) بالكاد كانوا يهتمون بهم (كلا الحالتين تؤدي إلى مخططات نقص الاستقلالية)، وغالبا ما يساهم أولياؤهم في زعزعة ثقتهم بأنفسهم ولم يتمكنوا من تقوية فعاليتهم خارج البيت، فهم غير قادرين على تحديد أهداف شخصية والتحكم في المهارات الضرورية. فيما يخص الفعالية يبقون أطفال في حياة الرشد. **(Young et al, 2005, p.43)** وحسب المقياس المستعمل في هذه الدراسة فالمجهود يقصد به تفضيل الفرد للأعمال التي تتطلب جهدا ووقتا في تنفيذها. **(ولاء يوسف، 2016، ص.08)** اذن يمكن القول أن مخطط التبعية له تنبؤ عكسي بدرجات بعد المجهود، فكلما زاد نشاط مخطط التبعية نقصت درجات بعد المجهود.

1-5-عرض ومناقشة نتائج الفرضية الخامسة

تنص هذه الفرضية على أن المخططات المبكرة غير المتكيفة (النقص العاطفي، الشعور بالتخلي والإهمال وعدم الاستقرار، الشك والتعدي، الانطواء الاجتماعي، الشعور بالنقص والخجل، الفشل، التبعية وعدم الكفاءة، الخوف من المرض والخطر، العلاقات الدمجية، الحقوق الشخصية المتطلبة والمفرطة، نقص التحكم الذاتي الانفعالي، الخضوع، التضحية، التحكم الانفعالي المفرط، المتطلبات العالية) تعتبر كمتنبئات بقدرة الفعالية لدى الطلبة الجامعيين، ولكي نقوم باختبار هذه الفرضية سنقوم باستخدام تحليل الانحدار المتعدد، وذلك بعد التحقق من أهم افتراضاته التالية:

1-5-1- التوزيع الطبيعي لدرجات الفعالية الذاتية

سنقوم بالتحقق من التوزيع الطبيعي لدرجات المتغير المتنبئ به وهو قدرة الفعالية، وذلك باستخدام اختبار شابيرو-ويلك (Shapiro-Wilk's Test)، وهذا ما يوضحه الجدول رقم (51):

الجدول رقم (52) نتائج اختبار شابيرو–ويلك

	قيمة إختبار شابيرو ويلك	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية
قدرة الفعالية	0.978	319	0.001>

نلاحظ من الجدول رقم (51) بأن قيمة اختبار شابيرو ويلك دالة إحصائيا وبالتالي نرفض الفرضية الصفرية بأن توزيع درجات قدرة الفعالية لا تختلف عن التوزيع الطبيعي، وهذا يعني أن الدرجات لا تتوزع توزيعا طبيعيا، وبالتالي لم يتحقق الافتراض الأول لتحليل الانحدار المتعدد، بالرغم من ذلك سنكمل التحليل للتأكد خاصة من التوزيع الطبيعي للبواقي.

1-5-2- قيم الارتباطات بين المتغيرات

الافتراض الثاني الذي نتحقق منه لتحليل الانحدار المتعدد هو أن تكون قيم العلاقات الارتباطية بين المتغير المتنبئ به (قدرة الفعالية) والمتغيرات المتنبئة (النقص العاطفي، الشعور بالتخلي والإهمال وعدم الاستقرار، الشك والتعدي، الانطواء الاجتماعي، الشعور بالنقص والخجل، الفشل، التبعية وعدم الكفاءة، الخوف من المرض والخطر، العلاقات الدمجية، الحقوق الشخصية المتطلبة والمفرطة، نقص التحكم الذاتي الانفعالي، الخضوع، التضحية، التحكم الانفعالي المفرط، المتطلبات العالية) أقل من 0.80، وفيما يلي عرض لمصفوفة الارتباطات بين المتغيرات، وهذا ما يبينه الجدول رقم (52):

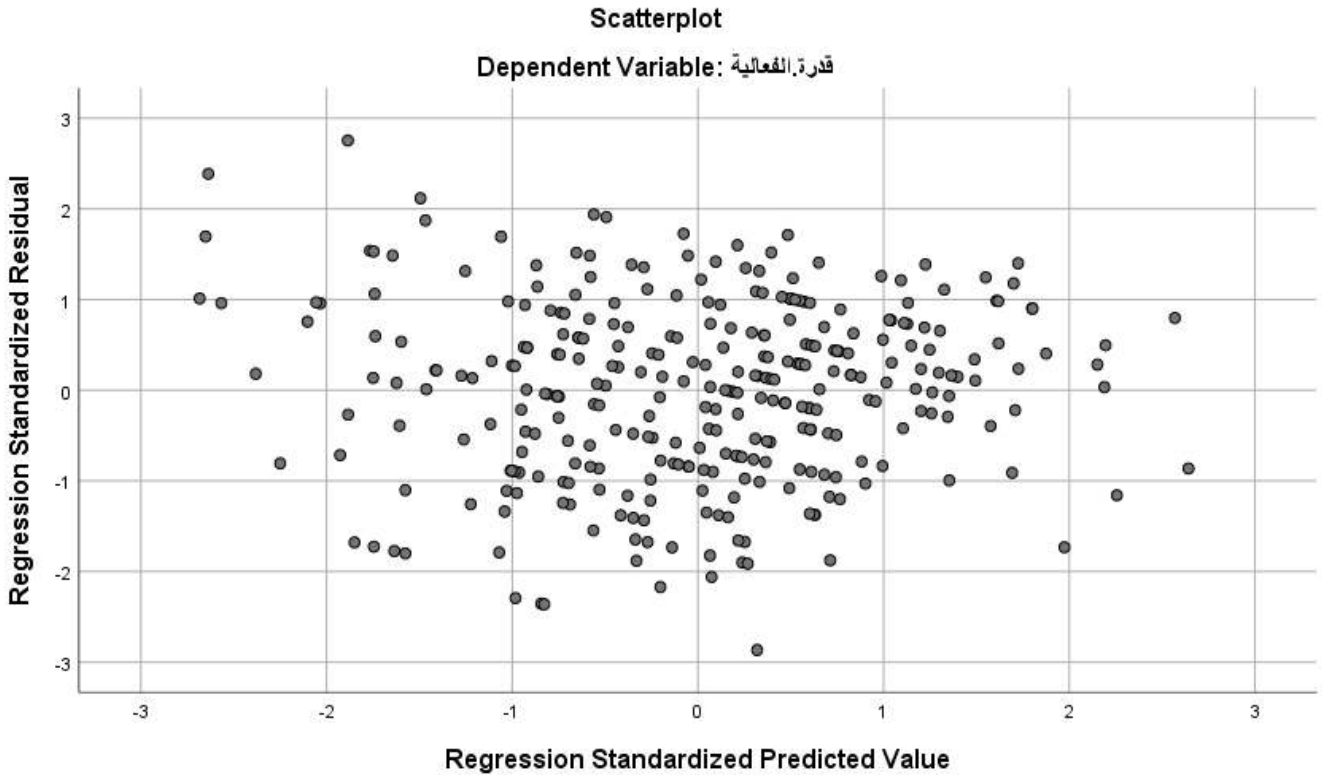
الجدول رقم (53) مصفوفة الارتباطات بين المتغيرات

	بعد قدرة الفعالية	الحرمان	الاهمال	الحذر	الانعزال	عدم الاتقان	الفشل	التبعية	القابلية للانحياز	العلاقة الدمجية	الخضوع	التضحية	التحكم المفرط	المتطلبات	السيطرة
الحرمان	−0.070 0.105														
الاهمال	−0.095 0.045	0.269 0.001>													
الحذر	−0.007 0.450	0.241 0.001>	0.297 0.001>												
الانعزال	−0.016 0.390	0.435 0.001>	0.334 0.001>	0.459 0.001>											
عدم الاتقان	−0.055 0.192	0.418 0.001>	0.320 0.001>	0.311 0.001>	0.459 0.001>										
الفشل	−0.164 0.002	0.286 0.001>	0.300 0.001>	0.399 0.001>	0.311 0.001>	0.396 0.001>									
التبعية	−0.265 0.001>	0.293 0.001>	0.348 0.001>	0.308 0.001>	0.399 0.001>	0.448 0.001>	0.518 0.001>								
القابلية للانحياز	−0.046 0.209	0.193 0.001>	0.349 0.001>	0.483 0.001>	0.308 0.001>	0.275 0.001>	0.318 0.001>	0.335 0.001>							
العلاقة الدمجية	−0.001 0.491	−0.066 0.155	0.226 0.001>	0186 0.002	0.077 0.144	0.491 0.001>	0.198 0.001>	0.396 0.001>	0.341 0.002						
الخضوع	−0.188 0.001>	0.340 0.001>	0.355 0.001>	0.339 0.001>	0.348 0.001>	0.077 0.835	0.415 0.036	0.210 0.001>	0.218 0.001>	0.180 0.001>					
التضحية	0.173 0.001	0.076 0.088	0.277 0.001	0.247 0.001>	0.266 0.001>	0.348 0.001>	0.146 0.001>	0.231 0.001>	0.071 0.192	0.277 0.001>	0.280 0.001>				
التحكم المفرط	−0.022 0.349	0.36 0.001>	0.181 0.001	0.297 0.001>	0.349 0.001>	0.266 0.001>	0.190 0.001>	0.274 0.001>	0.231 0.001>	0.071 0.192	0.277 0.001>	0.248 0.004			
المتطلبات	0.109 0.026	0.016 0.585	0.170 0.001>	0.197 0.001>	0.159 0.002	0.349 0.001>	0.028 0.601	0.110 0.043	0.156 0.004	0.144 0.008	0.068 0.214	0.294 0.001>	0.184 0.001>		
السيطرة	0.179 0.001	0.041 0.187	0.215 0.001>	0.201 0.001>	0.222 0.001>	0.159 0.119	0.167 0.595	0.039 0.019	0.113 0.036	0.158 0.005	0.134 0.090	0.158 0.001>	0.227 0.001>	0.265 0.001>	
نقص التحكم	−0.035 0.269	0.176 0.001>	0.265 0.001>	0.229 0.001>	0.217 0.001>	0.217 0.001>	0.230 0.001>	0.190 0.001>	0.243 0.001>	0.230 0.006	0.134 0.001>	0.158 0.001>	0.227 0.001>	0.218 0.001>	0.326 0.001>

نلاحظ من الجدول رقم (52) بأن قيم معاملات الارتباط بين المتغيرات المستقلة المتنبئة كلها أقل من 0.80، وبالتالي لا يوجد ارتباطات قوية. غير أن هناك بعض قيم معاملات الارتباط بين المتغيرات المتنبئة والمتغير المتنبئ به غير دالة إحصائيا، لكننا لن نقوم بحذفها من نموذج الانحدار.

1-5-3- وجود علاقة خطية بين المتغيرات وعدم ارتباط البواقي

لكي نتحقق من هذين الافتراضين نستخدم لوحة الانتشار المبينة في الشكل رقم (12):



الشكل رقم (12) لوحة الانتشار

نلاحظ من الشكل رقم (12) أنه لا توجد قيم خارج المدى (3- و3) في لوحة الانتشار، وبالتالي يمكننا القول إنه تحقق افتراض وجود علاقة خطية بين المتغير المتنبئ به والمتغيرات المتنبئة وكذلك افتراض عدم ارتباط البواقي.

1-5-4- عدم وجود قيم متطرفة متعددة

للتحقق من هذا الافتراض نقوم بفحص قيم البواقي المعيارية وكذلك قيم Cook's Distance وهذا ما يبينه الجدول الرقم (53):

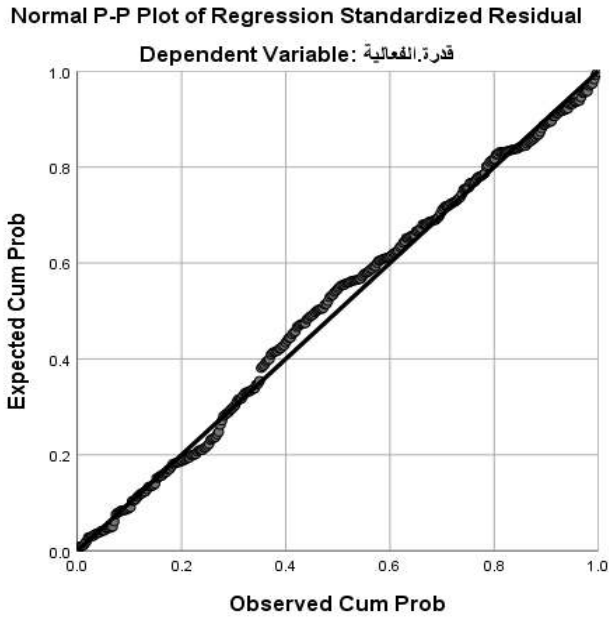
الجدول رقم (54) قيم البواقي

	القيمة الأصغر	القيمة الأكبر
البواقي المعيارية	-2.856	2.754
قيمـــــة Cook	0.000	0.044

نلاحظ من الجدول رقم (53) أن القيم مقبولة، حيث أن القيمة الأصغر والأكبر للبواقي المعيارية ليست خارج المدى (3- و3). وكذلك قيمة Cook ليست أكبر من واحد.

1-5-5- التوزيع الطبيعي للبواقي

يمكننا التحقق من هذا الافتراض بواسطة لوحة الانتشـــار المبينة في الشكل رقم (12) أعلاه حيث لا توجد قيم خارج المدى (3- و3)، كما يمكننا فحص توزيع البواقي بواسطة الشكل رقم (13):



الشكل رقم (13) توزيع درجات البواقي المعيارية

نلاحظ من الشكل رقم (13) أن النقاط قريبة من الخط، وبالتالي يمكننا القول إنه تحقق افتراض التوزيع الطبيعي للبواقي.

بما أن كل افتراضات تحليل الانحدار المتعدد قد تحققت وبالتالي يمكننا استخدامه للحصول على معادلة الانحدار المتعدد، حيث كانت قيمتها دالة إحصائيا (قيمة ف (15، 303) = 4.095، والقيمة الاحتمالية <0.001)، ولقد كانت قيمة معامل التحديد (R^2= 0.411) وهذا يعني أن 41.1% من التباين في المتغير المتنبئ به قدرة الفعالية تفسره المتغيرات المتنبئة. وفيما يلي نقوم بعرض قيم بيتا المعيارية لكل المتغيرات المتنبئة كما يوضحه الجدول رقم (54):

الجدول رقم (55): قيم بيتا المعيارية للمتغيرات المتنبئة

المتغير المتنبئ	قيمة بيتا المعيارية	القيمة الاحتمالية
الحرمان	−0.003	0.959
الإهمال	−0.092	0.138
الحذر	0.021	0.746
الانعزال	0.078	0.260
عدم الاتقان	0.111	0.112
الفشل	−0.019	0.773
التبعية	**−0.273**	**<0.001**
القابلية للانحياز	0.021	0.741
العلاقة الدمجية	0.045	0.449
الخضوع	**−0.143**	**0.041**
التضحية	**0.167**	**0.006**

التحكم المفرط	−0.013	0.829
متطلبات	0.002	0.979
السيطرة	**0.178**	**0.007**
نقص التحكم	−0.069	0.246

نلاحظ من الجدول رقم (54) أن أربعة من المتغيرات المتنبئة دالة إحصائيا فقط، حيث قيم بيتا المعيارية تسمح بترتيب هذه المتغيرات المتنبئة من الأهم وهي المتغيرات التي لها أكبر قيم بيتا معيارية في نموذج الانحدار إلى أقل أهمية. ولقد بلغت قيمة بيتا المعيارية لأهم متغير متنبئ وهو بعد التبعية 0.273− والقيمة الاحتمالية <0.001، وهذا يعني أن التغير في بعد التبعية بدرجة واحدة يقابله تغير بقيمة 0.273− في قدرة الفعالية. والمتغير المتنبئ الثاني هو السيطرة بلغت قيمة بيتا المعيارية 0.178 والقيمة الاحتمالية 0.007، وهذا يعني أن التغير في بعد السيطرة بدرجة واحدة يقابله تغير بقيمة 0.178 في قدرة الفعالية. والمتغير المتنبئ الثالث هو بعد التضحية بلغت قيمة بيتا المعيارية 0.167 والقيمة الاحتمالية 0.006، وهذا يعني أن التغير في بعد التضحية بدرجة واحدة يقابله تغير بقيمة 0.167 في قدرة الفعالية. والمتغير المتنبئ الرابع هو بعد الخضوع بلغت قيمة بيتا المعيارية 0.143− والقيمة الاحتمالية 0.041، وهذا يعني أن التغير في بعد الخضوع بدرجة واحدة يقابله تغير بقيمة 0.143− في قدرة الفعالية.

وبالتالي نستنتج أن الفرضية الخامسة تحققت فقط لمخططات (التبعية والسيطرة والتضحية والخضوع) كمتنبئات بقدرة الفعالية لدى الطلبة الجامعيين، فحسب النتائج يعد مخطط التبعية/عدم الكفاءة، الذي يساهم بأعلى نسبة تقدر بـ −28,2% في التنبؤ بدرجات بعد قدرة الفعالية، أي كلما زاد نشاط المخطط بدرجة واحدة تقل درجات بعد قدرة الفعالية بـ −0,282، وهذا يتوافق مع الإطار النظري

لمخطط التبعية/عدم الكفاءة الذي يؤمن اصحابه بحقيقة عجزهم على مواجهة المسؤوليات اليومية دون مساعدة الآخرين (مثل: ادارة أمواله، حل المشكلات اليومية، استخدام الحس السليم، تولي مهام جديدة، اتخاذ القرار)، ويردد عادة "أنا عاجز عن...". غالبا ما يظهر هذا المخطط قصور ذاتي أو نقص في المبادرة. إضافة الى أن هذا المخطط الوحيد الذي ينتمي للمجال الثاني (نقص الاستقلالية والانجاز)، وهو مجال يشير الى أن الأفراد الذين لديهم مخططات في هذا المجال لهم توقعات اتجاه أنفسهم واتجاه العالم لا تتطابق مع قدراتهم المدركة على البقاء، للتصرف باستقلالية والتمكن من تحقيق النجاح الكافي. وهذا راجع للمعاملة الوالدية التي تلقوها في طفولتهم، حيث كان أولياءهم يفعلون كل شيء بدلا عنهم ويفرطون في حمايتهم؛ أو على النقيض (في حالات نادرة) بالكاد كانوا يهتمون بهم (كلا الحالتين تؤدي إلى مخططات نقص الاستقلالية)، وغالبا ما يساهم أولياؤهم في زعزعة ثقتهم بأنفسهم ولم يتمكنوا من تقوية فعاليتهم خارج البيت، فهم غير قادرين على تحديد أهداف شخصية والتحكم في المهارات الضرورية. فيما يخص الفعالية يبقون أطفال في حياة الرشد. **(Young et al, 2005, p.43)** وحسب المقياس المستعمل في هذه الدراسة فقدرة الفعالية يقصد بها مستوى قوة دوافع الفرد للأداء في المجالات والمواقف المختلفة، ويختلف هذا المستوى تبعا لطبيعة أو صعوبة الموقف، ويبدو قدر الفعالية بصورة أوضح عندما تكون المهام مرتبة وفقا لمستوى الصعوبة والاختلافات بين الأفراد في توقعات الفعالية، ويمكن تحديدها بالمهام البسيطة المتشابهة، ومتوسطة الصعوبة. **(ولاء يوسف، 2016، ص.08)** اذن يمكن القول أن مخطط التبعية له تنبؤ عكسي بدرجات بعد قدرة الفعالية، فكلما زاد نشاط مخطط التبعية نتنبأ بنقص درجات بعد قدرة الفعالية.

يليه مخطط الحقوق الشخصية المبالغ فيها/السيطرة، الذي ينتمي للمجال الثالث (نقص الحدود) والتي كانت نتائجه طردية أيضا، أي كلما زاد نشاط هذا المخطط بدرجة واحدة نتنبأ بزيادة درجات بعد قدرة الفعالية بمقدار 0,241، وبالرجوع للإطار النظري نجده يتوافق مع بعد قدرة الفعالية، لأن هذا البعد

يعنى بقوة دوافع الفرد للأداء في المجالات والمواقف المختلفة، والحاملون لهذا المخطط لهم استجابتان تتوافقان مع هذه النتائج وتشكلان دافعا لأدائهم، الأولى في حالة استعمال أسلوب الخضوع لمخططهم، أي يعتقدون أنهم يجب أن يكونوا قادرين على فعل أو الحصول على ما يريدون بالضبط، بغض النظر عن التكلفة التي يتحملها الآخرون؛ أو لديهم ميل مفرط لتأكيد قوتهم أو وجهة نظرهم والسيطرة على الآخرين لمصلحتهم الخاصة. إنهم منشغلون بشكل مفرط بتفوقهم (نجاحهم، شهرتهم، قيمتهم). **(Young et al, 2005, p.45)** أي سيستغلون الآخرين لمصالحهم الشخصية ويحققون أهدافهم، أما الثانية يبدون اهتمام شديد لحاجات الآخرين. **(Young et al ,2005, p.68)** وهي حالة استعمال أسلوب التعويض الذي يقاتلون به مخططهم من خلال الأفكار والعواطف والسلوكيات والأساليب العلائقية التي تتناسب مع نقيض المخطط. **(Young et al, 2005, p.64)** لذلك عندما يظهر عليهم الاهتمام لحاجات الآخرين قد يكون دافعهم هو إظهار أهميتهم وتفوقهم بين أقرانهم، فحسب **يونغ Young** هذه الآلية صحية مادام الفرد يحترم مشاعر الآخرين، ويصبح سلوكه غير صحي عندما يسعى الفرد لإظهار نفسه على أنه مثالي ومتفوق وفريد ومعصوم من الخطأ، ويخفي أخطائه، ولا يدرك أفعاله المؤذية والمذلة، كما هو الحال مع الأشخاص النرجسيين. **(Kahalé, 2009, p.102)** وعليه يمكن القول أن مخطط السيطرة في الحالتين يساهم في زيادة بعد قدرة الفعالية.

أما مخطط الخضوع فهو يساهم بنسبة تنبؤ عكسي قيمته تقدر بـ −14,3%، أي كلما زاد نشاط مخطط الخضوع نتنبأ بنقص درجات بعد قدرة الفعالية بقيمة −0,143، وهذا يتوافق مع الإطار النظري، فحسب **يونغ Young** فإن الفرد الحامل لهذا المخطط يدرك حاجاته كأنها دون قيمة ولا أهمية، ويظهر هذا على شكل انقياد واضح أو رغبة قوية في إرضاء الغير؛ مع فرط الحساسية تجاه المواقف التي "يعرض نفسه لها"؛ وغالبًا ما يكون هناك غضب مكبوت، مما يسبب أعراضًا مثل السلوك السلبي/العدواني، أو نوبات الغضب غير المنضبطة. **(Young, 2005, p.46)** وهذا يتنافى مع بعد

قدرة الفعالية حسب المقياس المستعمل في هذه الدراسة، لأنه يدل على مستوى قوة دوافع الفرد للأداء في المجالات والمواقف المختلفة. **(ولاء يوسف، 2016، ص.08)** فمن الواضح أن الطالب الذي يدرك أن حاجاته دون قيمة وينقاد الى إرضاء رغبات زملائه، ستكون دافعيته للإنجاز ضعيفة غالبا. لذلك فإن مخطط الخضوع يساهم في التنبؤ عكسيا بدرجات بعد قدرة الفعالية لدى الطلبة.

وفي الأخير نجد مخطط التضحية مساهما بنسبة تنبؤ طردية تقدر بـ 16,7%، أي كلما زاد نشاط هذا المخطط بدرجة واحدة نتنبأ بزيادة في درجات قدرة الفعالية بـ 0,167، هذه المساهمة ظهرت أيضا في نتائج الفرضية الأولى التي تعنى بالفعالية الذاتية، ولم يساهم هذا المخطط في نتائج الفرضيات الأخرى، اذن يمكن الاستنتاج من هذه الملاحظة أن مخطط التضحية يساهم بزيادة مستوى قوة الدافعية لدى الطلبة لأن قدرة الفعالية تعني قوة دافع الفرد للأداء في المجالات والمواقف المختلفة. وبالرجوع للاطار النظري للمخططات المبكرة غير المتكيفة نجده يتوافق مع هذه النتيجة، فحسب **يونغ Young** فإن الأفراد الذين لديهم مخطط التضحية يهتمون بتلبية احتياجات الآخرين على حسابهم، يفعلون ذلك لتجنيب الآخرين الألم، أو لتجنب الشعور بالذنب تجاه أنانيتهم، أو لزيادة تقديرهم لذاتهم، أو للحفاظ على اتصال عاطفي مع شخص يعتبرونه لطيفًا، وغالبًا ما ينتج هذا المخطط عن الحساسية المفرطة لمعاناة الآخرين. قد يشعر الفرد بأن احتياجاته الخاصة لا يتم تلبيتها أبدًا، ويشعر بالاستياء تجاه من يعتني بهم. **(Jeffrey Young, 2005, p.46)** يلاحظ جليا مما سبق أن التضحية لها تأثير سلبي على الفعالية الذاتية، لأن الطالب سيترك حاجاته ومصالحه ويسبق مصالح الآخرين، وهذا ما يبعده عن إنجازاته الشخصية، خاصة عندما يشعر بالاستياء لأن حاجاته لا تلبى؛ إن البعد الثقافي لعينة الدراسة التي تنتمي للمجتمع العربي، الذي يغلب عليه تفضيل التفكير الجماعي. فحسب **تريندز Triandis (1995)** تميل الثقافات الموجهة بشكل جماعي الى الاهتمام بالمجموعة والمسؤولية المشتركة فوق المصالح الشخصية. **(Bandura, 2003, P.53)** لذلك في عينة الدراسة الحالية التي نشأ أفرادها في مجتمع عربي يعزز قيمة الإيثار وما

لها من مكانة اجتماعية وقيمة أخلاقية، تعد من بين الثقافات الموجِهة بشكل جماعي. إن القيم والممارسات الثقافية تؤثر على كيفية تطوير معتقدات الفعالية، والأهداف التي تسعى إليها، والوسائل التي تستخدمها. وبالتالي تساهم معتقدات الفعالية في إنتاجية أعضاء كل من الثقافات الجماعية والفردية. **(Bandura, 2003, P.55)** وهناك تفسير آخر يدعم ما سبق، فحسب **لنت وهاكت Lent et Hackett (1987)** فإن الذات المستقبلية المنشودة قريبة من الأهداف الوجودية طويلة المدى، والمفهوم الأكثر إلحاحًا للذات العاملة يشبه الأهداف الفرعية قصيرة المدى التي تتحقق من خلالها التطلعات طويلة المدى، فتتحد الطموحات مع التقييم الذاتي للقدرات لتشكيل مسار الحياة، وتحدد معتقدات الناس في الفعالية الذاتية الأهداف الوجودية التي يفكرون فيها، وتلك التي يختارون السعي وراءها، ومستوى اهتمامهم، مثابرتهم ونجاحهم. **(Bandura, 2003, P.45)** لذلك يزيد شعور الفرد بفعاليته الذاتية لأنه يرى الإيثار ومساعدته للآخرين من ضمن الأهداف الوجودية طويلة المدى والتي تعود عليه بالنفع في حياته الدنيا، ان لم يكن ففي آخرته، وهذا ما يفسر النتائج المتحصل عليها.

وفي الأخير يمكننا جمع كل نتائج الفرضيات في جدول واحد لتوضيحها أكثر واستنتاج أهم الملاحظات، كما هو موضح في الجدول رقم (54):

الجدول رقم (56): النتائج الخاصة بكل الفرضيات

الفرضيات / المخططات	الفعالية الذاتية	بعد المبادرة	بعد المثابرة	بعد المجهود	بعد قدرة الفعالية
عدم الاتقان	+20,4%	+24,4%	+18,4%	+22%	
السيطرة	+22,2%	+24,1%	+18,2%	+16%	+17,8%
التضحية	+12,8%				+16,7%
التبعية	23,8-%	-28,2%	-19,7%	-16,9%	-27,3%
نقص التحكم	18,5-%		-18,8%	-20,1%	
الخضوع	22,6-%		-24,3%		-14,3%
الإهمال		-17,8%			

من خلال الجدول أعلاه يلاحظ أن مخطط (السيطرة، والتبعية) يساهمان في كل الفرضيات، ويلاحظ أيضا أن مخطط التضحية يتكرر في الفرضية الأولى (الفعالية الذاتية) والخامسة (قدرة الفعالية)، أما بالنسبة للفرضية الثانية (المبادرة) فقد تميزت بظهور مخطط الإهمال الذي لم يساهم الا في هذا الفرضية، يلاحظ أيضا أن الفرضية الثالثة المتعلقة ببعد المثابرة تميزت بمساهمة خمسة مخططات مقارنة بالأبعاد الأخرى التي ظهرت فيها أربع مخططات.

الاستنتاج العام

بعد مناقشة وتفسير النتائج التي تم عرضها اعتمادا على تحليل احتمالية تنبؤ كل مخطط على حِدا بدرجات الفعالية الذاتية أو بدرجات أحد أبعادها (المبادرة، المثابرة، المجهود، قدرة الفعالية)، واحتمالية العمل المشترك بين المخططات الدالة وفق ما جاء في الإطار النظري الذي يعتبر أن بعض المخططات غالبا ما تكون محاولات للمواجهة تأخذ بعين الاعتبار إمكانية وجود أمل، وتمكن الفرد من تعديل المآلات، وتجنب نتيجة سلبية، على الأقل مؤقتًا. حيث لاحظ الباحث أن الانحدار المتعدد كشف عن مخططين دالين، تظهر في نتائج كل فرضية وهما مخطط (التبعية، السيطرة)، وهذا يدل على أنها تلعب دورا أساسيا في التنبؤ بالفعالية الذاتية، فمخطط التبعية يساهم عكسيا ومخطط السيطرة يساهم طرديا. لكن هناك بعض المخططات الإضافية التي تميز بعض الفرضيات، مثل مخطط التضحية في الفرضية الأولى والخامسة، والتي بين الباحث دورها المتعلق بالعوامل الثقافية كالإيثار بالنسبة للمجتمع الإسلامي التابع للمجتمعات الجماعية. أما الفرضية الخاصة بالمبادرة فتميزت بمخطط الإهمال، والذي يعد حسب **يونغ Young** من بين المخططات الأكثر شدة بسبب ما عاشوه من صدمات في الطفولة، لذلك يعمل هذا المخطط لا إراديا على اختيار السلوكات والقرارات مثل التسويف وعدم المبادرة التي تعيد احياء ما عاشه في طفولته من اهمال وتخلي وعدم قبول. فهو غالبا ما ينجذب إلى الأحداث التي تنشط هذه المخططات، وتقود لا اراديا وبشكل متناقض إلى تهيئة الظروف الضارة في حياته كراشد مثل التي عاشها في الطفولة. **(Young et al, 2005, p.36)** وهذا يعني أن الطلبة لا يعلمون لماذا يماطلون ولا يبادرون وقد يجدون بعض التبريرات السطحية على سلوكاتهم، لكن السبب العميق في ذلك هو مخططاتهم النشطة التي تختار بدلا عنهم، وكأنها تمثل قدرا نفسيا. يرى الباحث أن المبادرة قريبة من تمثيل المشكل المطروح في هذا البحث، لأنها تميز الأفراد السباقين للفعل والتصرف، فحسب **باندورا Bandura** فإن الفعالية تعمل بشكل منتج واستباقي وليس مجرد ردت فعل فقط. **(Bandura, 2005, P.18)** وتتحقق عادة

من خلال عملية طويلة وصعبة، يتم من خلالها تحويل الإدراك إلى عمل فعال، ووفقا للنهج الاجتماعي المعرفي فالفرد هو من ينسج الرابط بين الفكر والفعل، غالبا من خلال الجهود المضنية. **(Bandura, 2005, P.44)** هذه الجهود تربط الأفكار بالأفعال من جهة، وتحقق الاستمرارية والمثابرة من جهة أخرى. لأنه بمجرد أن يعتقد الأفراد أن لديهم ما يلزم للنجاح، فإنهم يثابرون في مواجهة الشدائد ويتعافون بسرعة من النكسات. **(Bandura, 2005, P.125)**

وبالنظر لعدد المخططات المساهم في كل بعد نلاحظ أن الفرضية الخاصة ببعد المثابرة قد حازت على خمس مخططات وهي (الخضوع، التبعية، نقص التحكم، عدم الاتقان، السيطرة)، وهذا راجع لخصوصية هذا البعد الذي يميز الطلبة الأكثر إلحاحا ونشاطا وتجاوزا للعقبات والتحديات والمواقف المحبطة، التي تجعل الطالب المثابر عرضة للصعوبات والاحباطات التي غالبا ما تنشط مخططاته الأكثر استحواذا، فحسب **يونغ Young** فإن الفرد يجد نفسه عند الرشد في مواقف تنشط مخططاته، هذه المواقف التي هو بصدد معايشتها تتناسب مع مأساة من طفولته. **(Young et al, 2005, P.38)**

أما بالنسبة لاحتمالية العمل المشترك بين المخططات، فقد بينت النتائج المتحصل عليها إمكانية وجود اتجاه واحد للتفسير المشترك للنتائج، أخذ منحى تنبؤي إيجابي (طردي)، تكرر في كل الفرضيات ما عدى الفرضية الخامسة، يرى الباحث أنه يبدأ بمخطط عدم الاتقان، لأن هذا المخطط ينتمي للمجال الأول فهو من المخططات الأساسية التي تعد الأكثر شدة واستحواذا، فعندما ينشط هذا المخطط يشعر الفرد بالنقص وعدم القدرة وأنه بلا قيمة. **(Young et al, 2005, P.42)** هذا ما يجعله يعتمد على أسلوب التعويض ليواجه شعوره بالنقص ويثبت قدرته عن طريق رفض وانتقاد الآخرين، ومحاولة التصرف بمثالية. **(Young et al, 2005, p.67)** فعندما يعوض الأفراد، فإنهم يقاتلون مخططهم من خلال الأفكار والعواطف والسلوكيات والأساليب العلائقية التي تتناسب مع نقيض المخطط. ويسعون جاهدين ليكونوا مختلفين قدر الإمكان عما كانوا عليه في طفولتهم عند إنشاء المخطط. فإذا كانوا يعتبرون أنفسهم

عديمي القيمة عندما كانوا أطفالًا، فإنهم يحاولون كبالغين أن يكونوا مثاليين. **(Young et al, 2005, p.64)** هذا السلوك يتوافق مع مخطط الحقوق الشخصية المبالغ فيها (السيطرة)، الذي يبدي صاحبه تفوقه على الآخرين، وأن له حقوق وامتيازات أعلى، ويعتقد أنه مميز وفريد، يفرض نفسه بطريقة عدوانية وأنانية، يسيطر، منافس، متعجرف، يستفيد من الآخرين لتحقيق أهدافه والسعي للتفوق على الآخرين والقوة. **(Kahalé, 2009, p.92)** هناك وسيلتان أساسيتان يمكن للأفراد من خلالهما ممارسة السيطرة، السيطرة الشخصية المباشرة، والتحكم بالوكالة. في التحكم الشخصي المباشر، يقوم الأشخاص بتعبئة المهارات والموارد المتاحة لهم لإنتاج الأداء الذي يضمن النتائج المرجوة. أما في التحكم بالوكالة، يمارسون تأثيرًا على الأشخاص الآخرين مما يحقق لهم النتائج المرادة. كما هو الحال في السيطرة المباشرة، فإن تحقيق النتائج من خلال الوسطاء ينطوي على ممارسة الوكالة، لكن التحكم بالوكالة يعتمد بشكل كبير على الإقناع أو الإكراه الاجتماعي. **(Bandura, 2003, P.48)** وكأن مخطط السيطرة يساهم في زيادة الفعالية الذاتية وبعد المبادرة والمثابرة، بدافع مخطط عدم الاتقان (الشعور بالنقص) في حالة التعويض، وهذا يبين مدى تعقيد النفس البشرية من حيث إخفاء الشعور بالنقص وعدم القدرة، عن طريق أسلوب التعويض غير الوظيفي ومخطط السيطرة غير المتكيف، من أجل المساهمة في التنبؤ الطردي بالفعالية الذاتية التي تجعل الطالب يبادر ويثابر ليحافظ على حد معين من التكيف المؤقت. هذا التكيف المؤقت له مصدر مختل يشكل عبئا نفسيا لدى الأفراد حتى وان كانت الاستجابات التي يبدونها إيجابية.

خاتمة

خاتمة

إن الإشكالية التي يحاول هذا البحث الإجابة عنها لها بالغ الأهمية في الارتقاء بفعالية الطالب داخل المؤسسة الجامعية، فالفعالية الذاتية للأفراد هي من تنسج الرابط بين الفكر والفعل، بعيدا عن البلادة والتسويف الذي يغلب على سلوكيات الطلاب في الجامعة. هذا الرابط لا يتشكل في مرحلة الرشد بل يبدأ منذ السنوات الأولى، حينما ينقل مفهوم الفعالية من سببية الفعل إلى السببية الشخصية، يمكن لهذه السببية أن تتقوى ويمكن لها أيضا أن تضعف بسبب عوامل متعددة –معاملة والدية، صدمات، حاجات العاطفية الأساسية، المزاج، الوراثة– مثلتها نظرية المخططات المبكرة غير المتكيفة بصبغتها الإدماجية الانتقائية أحسن تمثيل يمكننا من فهم أفضل لهذه الظاهرة. ان نقص المبادرة والمثابرة وكثرة التسويف الذي يبعد الطالب عن الفعل، يستنزف أهم مورد للإنسان ألا وهو الوقت، وعليه فمن مؤشرات فعالية الطالب هو الزمن الفاصل بين الفكرة وتطبيقها، فكلما قل الزمن الفاصل بين الفكر والعمل يمكن أن نقول أن هذا الفرد فعال، وهذا يتناسب كثيرا مع خصوصيات عصر السرعة الذي نعيشه اليوم، فجيل الطلبة الذي يَدرس اليوم يعيش ظروف ومتغيرات مختلفة عن متغيرات التي درس فيها الجيل القائم على تأطيره من أساتذة وإداريين، لذلك فمحاولة البحث عن ما يحدث داخل الفرد في ذلك الزمن الفاصل يعد ذا قيمة بحثية قد تساعد أصحاب القرار داخل المؤسسة الجامعية في فهم العوامل النفسية المتنبئة بالفعالية الذاتية.

إن الاستراتيجيات الحالية التي تتبعها الدولة والتي تركز على رفع الإنتاجية المحلية عن طريق خلق ودعم المؤسسات الناشئة، بناء على الالتزام 41 للسيد رئيس الجمهورية، الذي يجعل من الجامعة الجزائرية قاطرة للتنمية الاقتصادية والاجتماعية ومؤثرة في محيطها، فإن وزير التعليم العالي قد أضاف إلى مهام الجامعة، مهمة إنشاء مؤسسات ناشئة خلاقة للثروة وخلاقة لمناصب الشغل، وبالتالي وجه الذين سيتخرجون في دورة جوان 2023، نحو مواضيع وإشكاليات تخص إنشاء أو استحداث مؤسسات ناشئة. هذا ما يدل على مظهر من مظاهر ربط الأفكار بالأفعال من خلال الإجراءات الإدارية أي تحويل

البحوث الأكاديمية الى مشاريع عملية، لكن هذه الفعالية يجب أن تتبع بإجراءات إدارية أخرى في الحياة الجامعية قبل التخرج، مبنية على أساس الدراسات النفسية، لأن المؤسسة الجامعية تعد من بين الحواضن التعليمية المنتجة لنخبة هذا المجتمع، فحسب **روبارت كيوساكي** أجرية احصائيات دولية على مختلف العلوم لتحديد أيها الأكثر تخلفا، وانطلاقا من تعريف فترة التخلف التي تقاس بالفجوة الزمنية بين طرح فكرة جديدة ووضعها موضع التنفيذ، أظهرت النتائج أن من بين جميع قطاعات الصناعة، تمتلك الصناعة التعليمية ثاني أكبر فترة تخلف وهي 50 سنة. أي أن الدراسات والاطروحات الموجودة اليوم لن تطبق وتفعل الا بعد 2073 على الأقل؛ انطلاقا من هذه الدراسة لابد من التركيز على الاعتناء بتنمية الفعالية الذاتية للطلبة لأنها تنعكس مباشرة على التكوين الجيد وبالتالي على نجاح مشاريعهم ونجاح الاستراتيجية التي تبناها أصحاب القرار. وهذا انطلاقا من الدراسات النفسية والاجتماعية وما خرجت به نتائج هذه الدراسة الا شيء بسيط يحتاج التوسع في حجم العينة للتمكن من تعميم النتائج، والتعمق من حيث الأدوات والأساليب الإحصائية المتقدمة، لهذا تؤخذ نتائج هذه الدراسة كنتائج تقريبية وكتقديرات أقرب إلى الاحتمال منها إلى التأكيد وذلك في حدود ما سمحت به ظروف البحث وأدواته وإمكانيات التطبيق.

انطلاقا من النتائج المتحصل عليها في هذا البحث يمكن استخلاص أهم الأفكار التي قد تساهم في التنبؤ بزيادة او نقص ذلك الزمن الفاصل وبالتالي انخفاض او ارتفاع الفعالية الذاتية التي تعكس مركزية التحكم لدى الفرد عن طريق العمل بشكل منتج واستباقي وليست مجرد ردات فعل فقط، وهذا يتجلى من خلال أبعاد مقياس الفعالية الذاتية. ومن بين هذه الأفكار أهمية البعد الثقافي الخاص بالمجتمعات الجماعية الذي جعل من مخطط التضحية غير المتكيف يتنبأ بزيادة شعور الطلاب بفعاليتهم الذاتية، إضافة لفكرة العمل المشترك بين مخطط عدم الاتقان (الشعور بالنقص) ومخطط السيطرة (العظمة) الذي يمثل مظهرا من مظاهر الشخصية النرجسية التي تبدي القوة والتحكم والعظمة والنجاح، لكن ما يدفعها هو هشاشة داخلية متمثلة في مخطط الشعور بالنقص. هذا بالنسبة للتأثير الإيجابي، أما بالنسبة للتأثير

السلبي الذي يقود اختيارات الفرد وقراراته لا اراديا وبشكل متناقض إلى تهيئة الظروف الضارة في حياته كراشد والتي تعرقل فعاليته الذاتية ومثابرته عن طريق مخططات (التبعية، والخضوع، ونقص التحكم)، ومخططي (التبعية، والإهمال) بالنسبة للمبادرة. هذه المخططات تمثل مفاتيح يمكن من خلالها فهم اختيارات الطلبة التي قد تجيب عن عدم فهمهم للأسباب اللاشعورية التي تجعلهم يضيعون الوقت، الذي ينعكس على جودة تكوينهم الجامعي وبالتالي على مردودية الجامعة.

كل ما سبق يمكن أن يلخص في فكرة هامة يرى الباحث من خلالها أن النقد الذي وجهه باندورا **Bandura** نحو النهج الذي يغلب عليه الطابع السلبي والذي يركز على علم الأمراض في تخصص علم النفس العيادي، يتناقض مع نهج علم النفس الإيجابي المؤيد للفعالية الذاتية. لكن نتائج هذا البحث تتنافى مع انتقاد **باندورا**، حيث بينت المقاربة الادماجية الانتقائية للمخططات المبكرة غير المتكيفة كيف يمكن لبعض مخططاتها أن تتنبأ بزيادة الفعالية الذاتية على الرغم من طبيعتها غير المتكيفة من جهة، ويساهم بعضها الآخر في فهم تنبئي للانتكاسات المفاجأة والتراجع في الأداء وكثرة التسويف لدى الطلبة من جهة اخرى. هذا ما قد يدل على ضرورة إعادة النظر في مصداقية نتائج مقاييس الفعالية الذاتية لدى الأفراد لأن لها أصلا مختلا خفيا، لابد من فهمه ومعالجته، إضافة لضرورة عدم اغفال الطابع السلبي أثناء العمل على الجانب الايجابي للأفراد لمعرفة دوافع السلوكيات الإيجابية الحقيقية.

توصيات

بناءا على ما تم عرضه في هذه الدراسة من نتائج، يمكن اقتراح بعض التوصيات التالية:

- إن نظرية المخططات المبكرة غير المتكيفة تحتوي على مفاهيم أساسية تشكل بنيتها النظرية، المتمثلة في المخططات والمعاملة الوالدية والأساليب التكيفية غير الوظيفية والأنماط السوية وغير السوية، وكل مفهوم من هذه المفاهيم لديها مقياس خاص بها لم يستطع الباحث في هذه الدراسة

إلا تطبيق مقياس المخططات فقط، لذلك يقترح على الباحثين مستقبلا اعتماد المقاييس الباقية في التطبيق لإثراء التحليل أكثر.

- لقد إعتمد الباحث على الفعالية الذاتية كمتغير نفسي يتناسب مع المشكلة المطروحة والمتمثلة في انفصال الفكر عن العمل، بما يتوافق مع الدراسات السابقة والملاحظات الميدانية للباحث، لكن بعد التطبيق والتحليل يقترح بناء مقياس جديد للفعالية الذاتية يمكن أن يعطي نتائج أفضل لتجاوز مشكلة الفعالية العامة والخاصة.

- لقد أظهرت الدراسة قوة المخططات المبكرة غير المتكيفة في تفسير الفعالية الذاتية، وعليه يمكن العمل على نتائج هذه الدراسة من أجل بناء برنامج نمائي يطور من فعالية الطلبة اعتمادا على المخططات المبكرة غير المتكيفة.

- الاعتماد على نتائج هذه الدراسة في تصميم برامج ارشادية تساعد الأساتذة في عملية التدريس.

- انجاز دراسات مماثلة وتوسيع العينة لتشمل عدة جامعات يمكن تعميم نتائجها.

- لقد أثبتت هذه الدراسة وجود تأثير بعض المخططات على الفعالية الذاتية اعتمادا على تحليل الانحدار المتعدد، لذلك يقترح الباحث محاولة استعمال تحليل المسار كأسلوب احصائي متقدم لأن نتائج الدراسة إضافة للاطار النظري للمخططات تشير لوجود عمل مشترك بين المخططات يمكن أن يساهم في تأثير على المتغير التابع.

قائمة المصادر والمراجع

المراجع

إبن منظور، أبي الفضل جمال الدين. (1988). *لسان العرب*. دار المعارف.

بن نبي، مالك. (1986). *شروط النهضة*، دار الفكر للطباعة والتوزيع والنشر.

جابر عبد الحميد. (1990). *نظريات الشخصية "البناء – الديناميات – النمو – طرق البحث والتقويم"* . دار النهضة.

جبران، مسعود. (2003). *معجم الرائد في اللغة والاعلام*، دار العلم للملايين.

جولتان حسن حجازي. (2013). *فعالية الذات وعلاقتها بالتوافق المهني وجودة الأداء لدى معلمات غرف المصادر في المدارس الحكومية في الضفة الغربية*، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، مجلد9 ، عدد4 .

عبيدات محمد ومحمد أبو نصار وعقلة مبيضين. (1999). *منهجية البحث العلمي – القواعد والمراحل والتطبيقات*، دار وائل للنشر و التوزيع .

فتحي، الزيات. (2001). *البنية العاملية للكفاءة الذاتية الأكاديمية ومحدداتها*. سلسلة علم النفس المعرفي مداخل ونماذج ونظريات، 6، ص ص491-538.

ملحم سامي محمد (2000). *مناهج البحث في التربية و علم النفس*. دار المسيرة.

نادية عيشور، وآخرون. (2017). *منهجية البحث العلمي في العلوم الاجتماعية*، مؤسسة حسين راس الجبل للنشر والتوزيع.

ولاء سهيل، يوسف. (2016). *فعالية الذات وعلاقتها بالمسؤولية الاجتماعية (رسالة ماجستير منشورة)*. جامعة دمشق.

Alban Komoni. (2017). *Frameworks of Cognition and Conceptualisation in Education; the Relationship between Early Maladaptive Schemas and Academic Self-efficacy*. University of Roehampton. London.

Bandura, A (1977). *Self efficacy, Toword a unifyting theory of behavicural*. change psychology Review vol (84). N (2) ISSn pp:1726-6807.

Bandura, A (1982). *Self-Efficacy Mechanism in Human Agency*, American Psychological Association, Inc. 0003-066X/82/3702-Ol22.

Bandura, A. (1986). *Social foundation of thought and action: Asocial cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

Bandura, A (1994). *Self efficacy, INVS Ranachaudran (Ed)*, Encyclopedia of human behavior (Vol 4), New York Academic.

Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control liberty of congress cataloging in publication data*. New York: McGraw-Hill, INC.

Bandura, A. (2000). *Exercice of humain agency through collective efficacy curren direction sin human science*.

Bandura, A. (2003). *Auto-Efficacité: Le sentiment défficacité Personnelle (J.Le conte, Trans)*, Paris, Bruxelles: De boek (original work published 1997)

Bandura, A. (2006). *Self efficacy Beliefs of adoles cents Green wich, Ct*.

Bandura, A. & wood, R (1989)..*Effect of perceived control ability* and performance standards on selp regulation of compreadision making journal of personality and social psychology Vol (56), (5).

Bouvard, Martin. (2009). *Questionnaire et échelle d'évaluation de la personnalité* (3eme éd). série patique en psychothérapie. éd Elsevier Masson, paris.

Cottraux et Blackburn. (1995). *les psychothérapies cognitive des troubles de la personnalité* ,éd Masson, 2 éme éd, paris.

Desmette, D. jaminon (2001): *le sentiment d'éfficacité personnelle de chomeurs en formation*, un construct dynamique revue européenne de psycholigie appliqué, vol 51 N° 3, pp 217-228.

Sagone Elisabetta, Maria Elvira De Caroli. (2014). *Locus of control and academic self-efficacy in university students*: *the effects of Self-concepts*. Procedia - Social and Behavioral Sciences. Italy.

Fofana Losseni (2007). *Evolution des schémas cognitivo-émotionnels chez des patients anxio-dépressifs en fonction d'une prise en charge en psychothérapie cognitive*, Thèse de doctorat de Psychologie, Université Charles-De-Gaulle – Lille 3, France.

Grawitz, M. (1998). *Lexique des science sociales*. 4eme éd. Paris : Dalloz.

Harrise . K . R. (1990). Developing self Regulated learners the Rol of private speech and self Instruction. Journal of Education psychologist. No, 25.

Hawsseaust, H. (2003). *Comment ne pas se gâcher la vie*. Paris : O.JACOB.

Hornich, A, A (2008). *Examination of Self-efficacy and locus of control in protecting community following Moderate to sever traumatic injury these of Doctorate of Psychology*, graduatcolleye of marshall university.

Jadidi, F., Mohammadkhani, S., & Tajrishi, K. Z. (2011). *Perfectionism and academic procrastination*. Procedia-Social and Behavioral Sciences, 30, 534-537. From https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.10.104.

Kahalé Nathalie RICHA (2009). *L'influence du trouble bipolaire sur les facteurs cognitifs et affectifs chez le patient adulte libanais*, thèse en vue d'un Doctorat de Psychologie université Saint-Esprit De KASLIK, Liban.

Maddux James, E (2002): *Self efficacy. The power of believing you can, in handbook of positive psychology*, New York: Oxford university Press.

Mart van, Dinther and All. (2011). *Factors affecting students' self-efficacy in higher education*. Educational Research Review. Volume 6, Issue 2. From https://www.cairn.info/revue-savoirs-2004-5-page-91.htm

Mehran firouzeh. (2006). *Traitement du troubles de la personnalité Borderline*, édition Elseviar Masson,collection médecine et psychothérapie, paris. of Educational Research, Vo1. 66(4).PP542-578.

Mohammad Setayeshi, A. (2017). *Early Maladaptive Schemas and Academic Procrastination in Students: The Mediating Role of Perfectionism*. International Journal of Psychological Studies; Vol. 9, No.4. From http://doi.org/10.5539/ijps.v9n4p76.

Mojallal, M., Khosrojavid, M., Pakzad, F., & Ghanbari, M. (2014). *Early Maladaptive Schemas, Body Image, and Self-Esteem in Iranian Patients Undergone Cosmetic Surgery Compared with Normal Individuals*. Practice in Clinical Psychology, 2(3), 201-210.

Morin, É., Therriault, G. et Bader,B. (2019). *Le développement du pouvoir agir, l'agentivité et le sentiment d'efficacité personnelle des jeunes face aux problématiques sociales et environnementales* : apports conceptuels pour un agir ensemble. Open Edition journel. From https://doi.org/10.4000/edso.5821.

Pagares et miller (1994): *Self-efficacy in academic settings review of educational research.*

Pagares, F. (1996). *Self –Efficacy Beliefs in Academic Settings. Review*. Volume 66, Issue 4.

Pranav Parijat, Shilpi Bagga. (2014). *Victor Vroom's Expectancy Theory of Motivation,* An Evaluation. International Research Journal of business and Management-IRJBM.

Raynal Françoise et Rieunier Alain, Pédagogie (1997). *Dictionnaire des concepts clés, apprentissage, fomtion et psychologie cognitive*, ESF éditeur.

Renner, F., Lobbestael, J., Peeters, F., Arntz, A., & Huibers, M. (2012). *Early maladaptive schemas in depressed patients: Stability and relation with depressive symptoms over the course of treatment*. Journal of affective disorders, 136(3), 581-590. From https://doi.org/10.1016/j.jad.2011.10.027

Robert M. Klassen and all. (2008). *Academic procrastination of undergraduates: Low self-efficacy to self-regulate predicts higher levels of procrastination*. Contemporary Educational Psychology. Volume 33, Issue 4. Pages 915-931.

Roussin, Julie. (2011). *Psychothérapie selon l'approche des schémas de young et analyse critique d'un processus thérapeutique (Thése de doctorat de psychologie)*. Université du québec à trois-rivières.

Sayers, M.P. (1987). *The relationship of self efficacy Expecationintersts and academic Ability*. To the selectin of science. And on science college Major selecton of science and Non. Science college Majorunpublished Doctoral sissertation University of Kansas.

Schawrzer, R. (1994). *General Perceived Self –Efficacy in14 Cultures*. Washington Dc: Hemisphere.

Trucchia, S. M., Lucchese, M. S., Ender, J. E., & Fernández, A. R. (2013). *Relationship between academic performance*, psychological well-being, and coping strategies in medical students. Herramientas, 70(3).

Wang Catharina E.A, Halvorsen Marianne, Eisemann Martin, Waterloo Knut. (2010). *Stabilityof dysfunctional attitudes and early maladaptiveschemas*: *A 9-year follow-up.study of clinically depressed subjects*, J. Behav. Ther. & Exp. Psychiat,Vol 41 ,pp 389-396, Elsevier.

Young Jeffrey et all. (2005). *La thérapie des schémas.Bruxelles*:Edition de boeck.

Young Jeffrey; Janet,S; Klosko; Marjorie, E ; Weishaar. (2005). *La thérapie des schémas*. Bruxelles:Edition de boeck.

Zakeri, H., Esfahani, B. N., & Razmjoee, M. (2013). *Parenting styles and academic procrastination*. Procedia-Social and Behavioral Sciences, 84, 57-60.From https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.06.509

Zimmerman, B, (1989). *Models of self regulated learning Academic achievement*, In B,J, Zinerman& D.H, Schunk, Self Regulatedlearnig and Academic Achevement theory Research, and Practice, New york springer.

Zimmerman, B; Riggo, J. (1985). *Effects of model Persistence and statements of confidence on children's self – efficacy and problem solving*. Journal of Educational Psyshology, vol (72), No (4), pp:485–493.

قائمة الملاحق

الملاحق

مقياس المخططات المبكرة غير المتكيفة

التعليمة :

اقرأ كل عبارة باهتمام و أجب عنها باختيار إجابة واحدة من الاجابات الستة، وباستعمال سلم التنقيط المكتوب في الأسفل، اختر العلامة من "1 " إلى "6 " التي تصفك أكثر، وضعها في الفراغ المخصص لها.

1: لا ينطبق تماما.	**2**: لا ينطبق غالبا.	**3**: لا ينطبق تقريبا.	**4**: معتدل.	**5**: ينطبق غالبا.	**6**: ينطبق تماما.

ليس هناك إجابة خاطئة وأخرى صحيحة، وإنما هناك إجابة صريحة تتطابق مع حالتك.

الرقم	العـــــبـــــــــارة	الاجابة
1	في غالب الأحيان لم أجد شخصا يعتني بي، يواسيني، أو يهتم لما يحدث لي.	
2	عموما لم أجد أحدا أتلقى منه الحنان، المساندة والعطف.	
3	في حياتي لم أحس أنني كنت مميز عند أحد.	
4	في الغالب لم أجد أحدا ينصت لي، يفهمني أو يكون حساسا اتجاه مشاعري.	
5	نادرا ما أجد شخصا راشدا يوجهني عندما أكون غير متأكد مما سأفعله.	
6	أتعلق بالناس القريبين مني لأنني أخاف أن يتخلو عني.	
7	أنا في أمس الحاجة لآخرين لدرجة أن فكرة فقدانهم تشغل بالي.	
8	بمجرد التفكير بأن الناس القريبين مني قد يتخلوا عني أكون قلقا.	
9	لما أشعر أن شخصا أعزه يبتعد عني أحس باليأس.	
10	أحيانا أخاف كثيرا أن يتركني الآخرون لدرجة أني أرفضهم وأبتعد عنهم.	
11	أحس وكأن الآخرين يستغلونني.	

12	أعتقد أنه يجب أن أبقى يقظا في حضور أشخاص آخرين وإلا سيجرحونني عمدا.	
13	مهما طال الزمن سأتعرض للخيانة.	
14	أشك في دوافع الناس ونواياهم.	
15	أراقب عادة النوايا الخفية والحقيقية للأشخاص.	
16	أشعر بعدم الارتياح في المحيط الذي أوجد فيه.	
17	أنا مختلف جذريا عن الآخرين.	
18	أنا مختلف عن الآخرين، أنا وحيد.	
19	أشعر أني في عزلة عن الآخرين.	
20	في الغالب لدي انطباع أني خارج الجماعة.	
21	لا أحد من الأشخاص الذين أرغب فيهم يستطيع أن يحبني عندما يرى عيوبي.	
22	لا يوجد شخص يرغب أن يبقى معي عندما يعرفني على حقيقتي.	
23	لست جديرا بالحب والاهتمام واحترام الآخرين.	
24	لدي انطباع بأنني لا أستطيع أن أكون محبوبا.	
25	لا أفصح عن مشاعري للآخرين لأنني شخص غير مرغوب فيه.	
26	معظم الأشياء التي أقوم بها في حياتي ليست جيدة مقارنة بما يقوم به الآخرين.	
27	أنا لست كفء حتى أحقق النجاح.	
28	أغلب الناس أكثر كفاءة مني في مجال العمل والنجاح.	
29	أنا لست موهوبا في العمل مثل معظم الناس.	
30	لست ذكيا كأغلب الناس فيما يتعلق بالعمل والمدرسة.	
31	لا أحس أني قادر على الاعتماد على نفسي في الحياة.	

32	أعتبر نفسي تابعا في الحياة اليومية.	
33	لا أملك الرأي السديد الصائب.	
34	أحكامي غير صائبة في المواقف اليومية.	
35	لست واثقا من قدرتي على حل المشاكل اليومية التي أتعرض لها.	
36	يصعب علي أن أتخلص من شعوري أن هناك كارثة ستحدث لي.	
37	أشعر أن كارثة ما (طبيعية ، صحية ، مالية ، أو جريمة) يمكن أن تحدث في أي وقت.	
38	أخاف أن يتعدى علي.	
39	أخاف أن أفقد كل مالي وأصبح مفلسا.	
40	أخاف أن أكون مصابا بمرض خطير، حتى ولو لم يتم تشخيص ذلك من طرف الطبيب.	
41	لم أتمكن من الانفصال عن والديَ مثل أقراني.	
42	أنا ووالديَ نميل إلى الاهتمام بحياة ومشاكل كل واحد فينا.	
43	من الصعوبة حقا لي و لوالديَ الاحتفاظ بتفاصيل حياتنا دون الشعور بالخيانة أو الذنب.	
44	لدي انطباع بأن والدايَ جزء مني لدرجة أنني لا أشعر بوجودي.	
45	أنا متيقن بأنني لا أتمتع بشخصية مستقلة كتلك التي يتمتع بها والديّ أو صديقي.	
46	أعتقد انه إذا فعلت ما أريد سأواجه المشاكل.	
47	أعتقد أنه ليس لي خيار آخر إلا الخضوع لرغبات الآخرين وإلا سوف يرفضونني.	
48	في علاقاتي الاجتماعية، أترك الآخرين يفرضون شخصيتهم عليّ.	
49	أترك دائما الآخرين يختارون بدلا عني، لذلك لا أعرف حقيقة ما أريد لنفسي.	

50	أجد صعوبة كبيرة في جعل الآخرين يحترمون حقوقي ومشاعري.	
51	أنا هو الشخص الذي عادة من يعتني بالأشخاص القريبين منه.	
52	أنا شخص طيب لأنني أفكر في الآخرين أكثر من التفكير في نفسي.	
53	أنا دائم الانشغال بقضاء حوائج الآخرين، لدرجة أني أخشى أن لا يبقى لي الوقت الكافي للاعتناء بنفسي.	
54	كنت دائما الذي يستمع لمشاكل كل الناس.	
55	يراني الناس أني أعطي الكثير للآخرين، ولا أهتم بذاتي بالشكل الكافي.	
56	يضايقني كثيرا إظهار المشاعر إيجابية.	
57	أجد نفسي متضايقا عند التعبير عن مشاعري للآخرين.	
58	أجد صعوبة في أن أكون ودودا أو عفويا.	
59	أنا أتحكم في نفسي لدرجة أن الناس يظنون أني عديم الإحساس.	
60	يعتبرني الناس أني غير قادر على الإفصاح عن مشاعري.	
61	يجب أن أكون الأحسن في كل ما أفعل، و لا أقبل أن أكون في المقام الثاني.	
62	أحاول بذل كل مجهوداتي لدرجة الإتقان، ولا أتقبل عمل "قريب من الحسن".	
63	ينبغي أن أتحمل كل مسؤولياتي.	
64	أشعر بضغط شديد ومتواصل لكي أنجح و أكمل أعمالي.	
65	أجد صعوبة في حل المشكلات ولا أقدم مبررات لأخطائي.	
66	أجد صعوبة في تقبل كلمة "لا" عندما أطلب شيئا ما من الآخرين.	
67	أنا متميز، وبالتالي لا أقبل القيود التي تفرض علي من طرف الآخرين.	
68	أكره أن أقوم بشيء و أنا مرغم عليه، أو أمنع من شيء أريد فعله.	
69	أشعر أني غير مطالب بإتباع الأدوار والتقاليد المتعارف عليها اجتماعيا مثل الآخرين.	

70	أعتقد أن ما يمكنني تقديمه له قيمة أكبر من مساهمات الآخرين.	
71	أعتقد أنه ليس من الضروري أن أكون منضبط أو منظم حتى أنهي الأعمال الروتينية والمملة.	
72	عندما لا أتمكن من تحقيق هدفي، أشعر بالإحباط، وأتخلى عنه بسهولة.	
73	أعيش لحظة صعبة عندما يجب علي التضحية بمكافئة من أجل تحقيق هدف طويل المدى.	
74	أشعر بأنني غير مجبر على القيام بأشياء لا أحبها حتى ولو كانت لمصلحتي.	
75	نادرا ما أستطيع الالتزام بالوعود التي قطعتها على نفسي.	

مقياس الفعالية الذاتية

تعليمة:

أضع بين يديك مجموعة من المواقف التي تواجهك في الحياة الشخصية والاجتماعية والجامعية، نرجوا منك الإجابة عنها جميعا بموضوعية من خلال وضع إشارة (×) تحت البديل المناسب من البدائل الخمسة (تنطبق دائما، تنطبق غالبا، تنطبق أحيانا، تنطبق نادرا، لا تنطبق أبدا) علما أن جميع المعلومات الواردة تستخدم لغرض البحث العلمي فقط.

العبارات	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا
1. أواجه الصعاب					
2. أحتاج لمن يساعدني فيما أقوم به من أعمال.					
3. قدرتي كبيرة على التعامل مع المشكلات التي أتعرض لها في حياتي.					
4. أمتلك أفكارا ناجعة ومثمرة لحل أي مشكلة أتعرض لها مما يساعدني على حلها.					
5. أستطيع اقناع الآخرين حتى لو خالفوني في الرأي.					
6. أحرص على إعادة القيام بعمل معين أكثر من مرة حتى أحقق ما أسعى إليه.					
7. أضع خطط مناسبة لتحقيق أهدافي.					
8. أثق في مقدرتي على التعامل بكفاءة مع الأحداث غير المتوقعة.					
9. أستطيع قيادة مجموعة من زملائي إلى هدف محدد.					
10. يستهويني حلقات البحث الصعبة والجانب العملي التي تتطلب جهدا ووقتا، وأكون سعيدا عند تنفيذها.					
11. عندما أحدد الأهداف المهمة لنفسي، أجد سهولة في تحقيقها.					
12. الفشل يجعلني أزيد من محاولاتي، للوصول للهدف.					

13.ينبغي أن يعود الانسان لممارسة عمل فشل فيه سابقا.					
14. يسهل علي تحقيق أهدافي وطموحاتي.					
15.أستطيع التعامل مع معظم المشكلات الدراسية التي أتعرض لها في الكلية.					
16. أحرص على تخطيط وتنظيم تفاصيل ما أقوم به من أعمال.					
17.أثق بإمكاناتي وقدراتي للقيام بأشياء تطلب مني.					
18. أثق بقدراتي في مساعدة الآخرين حينما تواجههم مشكلة.					
19. أضع لنفسي أهدافا بعيدة وأسعى إلى تحقيقها.					
20. إذا لم أنجح عند محاولة تعلم شيء جديد، سريعا ما أعيد المحاولة.					
21. أسعى إلى تعلم أشياء جديدة تبدو صعبة بالنسبة لي.					
22. أستطيع تنفيذ الخطط التي أضعها.					
23. إذا كنت لا أستطيع القيام بعمل من اول مرة، أستمر بالمحاولة حتى أنجح فيه.					
24. أثق بقدرتي على التخطيط الجيد.					
25. أحل المشكلات في أسلوب منظم.					
26. أستطيع التمييز بين ما أستطيع وما لا أستطيع إنجازه.					
27. أكون سعيدا بالمثابرة والكفاح في المواقف الصعبة.					
28. ثقتي في قدراتي تجعلني أتحمل الكثير من المسؤوليات.					
29. أتعامل مع المشكلات الطارئة بشكل جيد.					
30. أجد متعة في حل مشكلة يصعب على الآخرين حلها.					
31. أحرص على العمل بحيوية ونشاط فيما أقوم به من أعمال.					

32. أعتمد على قدراتي الذاتية في حال واجهتني أي مصاعب.					
33. أستطيع أن أجد الحلول المناسبة لأي مشكلات تواجهني.					
34. أستطيع إكمال المهمة بدقة مهما كانت معقدة.					
35.عندي كثير من الطموحات أسعى إلى إنجازها.					
36. يلجأ لي زملائي في حل معظم مشكلاتهم.					

ملاحق حساب الصدق والثبات للمقياسين

مقياس المخططات المعرفية

حساب الاتساق الداخلي بين البنود والدرجة الكلية للمحور

المحور الأول

Correlations

Correlations		
الحرمان العاطفي		دك05
ف01	Pearson Correlation	**830.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف02	Pearson Correlation	**725.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف03	Pearson Correlation	**606.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف04	Pearson Correlation	**726.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف05	Pearson Correlation	**615.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).		

المحور الثاني

Correlations

Correlations		
الإهمال		دك05
ف01	Pearson Correlation	**710.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف02	Pearson Correlation	**708.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف03	Pearson Correlation	**758.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف04	Pearson Correlation	**647.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف05	Pearson Correlation	**583.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).		

المحور الثالث

Correlations

Correlations		
الشك		دك05
ف01	Pearson Correlation	**559.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف02	Pearson Correlation	**764.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف03	Pearson Correlation	**756.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف04	Pearson Correlation	**724.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف05	Pearson Correlation	**670.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).		

المحور الرابع

Correlations

Correlations		
الإنعزال		دك05
ف01	Pearson Correlation	**608.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف02	Pearson Correlation	**603.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف03	Pearson Correlation	**726.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف04	Pearson Correlation	**780.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف05	Pearson Correlation	**675.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).		

المحور الخامس

Correlations

Correlations		
عدم الإتقان		دك05
ف01	Pearson Correlation	**716.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف02	Pearson Correlation	**735.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف03	Pearson Correlation	**673.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف04	Pearson Correlation	**817.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف05	Pearson Correlation	**709.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).		

المحور السادس

Correlations

Correlations		
الفشل		دك05
ف01	Pearson Correlation	**724.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف02	Pearson Correlation	**675.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف03	Pearson Correlation	**803.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف04	Pearson Correlation	**833.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف05	Pearson Correlation	**790.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).		

المحور السابع

Correlations

Correlations		
التبعية		دك05
ف01	Pearson Correlation	**830.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف02	Pearson Correlation	**718.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف03	Pearson Correlation	**818.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف04	Pearson Correlation	**746.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف05	Pearson Correlation	**716.0

	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).		

المحور الثامن

Correlations

Correlations		
القابلية للانجراح		دك05
ف01	Pearson Correlation	**708.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف02	Pearson Correlation	**845.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف03	Pearson Correlation	**737.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف04	Pearson Correlation	**600.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف05	Pearson Correlation	**716.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).		

المحور التاسع

Correlations

Correlations		
العلاقات المدمجة		دك05
ف01	Pearson Correlation	**706.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف02	Pearson Correlation	**646.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف03	Pearson Correlation	**599.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف04	Pearson Correlation	**814.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف05	Pearson Correlation	**502.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).		

المحور العاشر

Correlations

Correlations		
الخضوع		دك05
ف01	Pearson Correlation	**616.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف02	Pearson Correlation	**658.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف03	Pearson Correlation	**710.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف04	Pearson Correlation	**758.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف05	Pearson Correlation	**748.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).		

المحور الحادي عشر

Correlations

Correlations		
التضحية		دك05
ف01	Pearson Correlation	**745.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف02	Pearson Correlation	**811.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف03	Pearson Correlation	**754.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف04	Pearson Correlation	**693.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف05	Pearson Correlation	**697.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).		

المحور الثاني عشر

Correlations

Correlations		
التحكم الانفعالي		دك05
ف01	Pearson Correlation	**725.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف02	Pearson Correlation	**743.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف03	Pearson Correlation	**448.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف04	Pearson Correlation	**645.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف05	Pearson Correlation	**735.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).		

المحور الثالث عشر

Correlations

Correlations		
المتطلبات العالية		دك05
ف01	Pearson Correlation	**746.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف02	Pearson Correlation	**827.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف03	Pearson Correlation	**737.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف04	Pearson Correlation	**721.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف05	Pearson Correlation	**404.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).		

المحور الرابع عشر

Correlations

Correlations		
السيطرة		دك05
ف01	Pearson Correlation	**662.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف02	Pearson Correlation	**677.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف03	Pearson Correlation	**691.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف04	Pearson Correlation	**690.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف05	Pearson Correlation	**742.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).		

المحور الخامس عشر

Correlations

Correlations		
نقص التحكم		دك05
ف01	Pearson Correlation	**672.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف02	Pearson Correlation	**628.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف03	Pearson Correlation	**611.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف04	Pearson Correlation	**606.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
ف05	Pearson Correlation	**701.0
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).		

حساب الاتساق الداخلي بين المحاور والدرجة الكلية للمقياس

Correlations

Correlations					
		الكلي			الكلي
الحرمان العاطفي	Pearson Correlation	**624.0	العلاقات المدمجة	Pearson Correlation	**539.0
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100		N	100
الإهمال	Pearson Correlation	**728.0	الخضوع	Pearson Correlation	**619.0
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100		N	100
الشك	Pearson Correlation	**595.0	التضحية	Pearson Correlation	**436.0
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100		N	100
الانعزال	Pearson Correlation	**614.0	التحكم الانفعالي	Pearson Correlation	**712.0
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100		N	100
عدم الاتقان	Pearson Correlation	**534.0	المتطلبات العالية	Pearson Correlation	**472.0
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100		N	100
الفشل	Pearson Correlation	**553.0	السيطرة	Pearson Correlation	**562.0
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100		N	100
التبعية	Pearson Correlation	**527.0	نقص التحكم	Pearson Correlation	**647.0
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100		N	100
القابلية للانجراح	Pearson Correlation	**674.0	**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).		
	Sig. (2-tailed)	0.000			
	N	100			

الثبات

ألفا كرونباخ

Reliability

Reliability Statistics		
المحاور	Cronbach's Alpha	N of Items
المحور الاول (الحرمان العاطفي)	7760.	05
المحور الثاني (الإهمال)	7710.	05
المحور الثالث (الشك)	7760.	05
المحور الرابع (الانعزال)	7680.	05
المحور الخامس (عدم الاتقان)	7300.	05
المحور السادس(الفشل)	7980.	05
المحور السابع (التبعية)	7970.	05
المحور الثامن (القابلية للانجراح)	7860.	05
المحور التاسع (العلاقات المدمجة)	7610.	05
المحور العاشر(الخضوع)	7730.	05
المحور الحادي عشر (التضحية)	7900.	05
المحور الثاني عشر (التحكم الانفعالي)	7640.	05

المحور الثالث عشر (المتطلبات العالية)	7760.	05
المحور الرابع عشر(السيطرة)	7740.	05
المحور الخامس عشر(نقص التحكم)	7550.	05
المخططات المعرفية ككل	7240.	75

التجزئة النصفية

Echelle : TOUTES LES VARIABLES

Récapitulatif de traitement des observations

		N	%
Observations	Valide	99	99,0
	Exclus[a]	1	1,0
	Total	100	100,0

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Partie 1	Valeur	,915
		Nombre d'éléments	38[a]
	Partie 2	Valeur	,523
		Nombre d'éléments	38[b]
	Nombre total d'éléments		76
Coefficient de Spearman-Brown	Corrélation entre les sous-échelles		,812
	Longueur égale		,896
	Longueur inégale		,896
	Coefficient de Guttman split-half		,706

a. Les éléments sont : VAR00001, VAR00002, VAR00003, VAR00004, VAR00005, VAR00007, VAR00008, VAR00009, VAR00010, VAR00011, VAR00013, VAR00014, VAR00015, VAR00016, VAR00017, VAR00019, VAR00020, VAR00021, VAR00022, VAR00023, VAR00025, VAR00026, VAR00027, VAR00028, VAR00029, VAR00031, VAR00032, VAR00033, VAR00034, VAR00035, VAR00037, VAR00038, VAR00039, VAR00040, VAR00041, VAR00043, VAR00044, VAR00045.

b. Les éléments sont : VAR00046, VAR00047, VAR00049, VAR00050, VAR00051, VAR00052, VAR00053, VAR00055, VAR00056, VAR00057, VAR00058, VAR00059, VAR00061, VAR00062, VAR00063, VAR00064, VAR00065, VAR00067, VAR00068, VAR00069, VAR00070, VAR00071, VAR00073, VAR00074, VAR00075, VAR00076, VAR00077, VAR00079, VAR00080, VAR00081, VAR00082, VAR00083, VAR00085, VAR00086, VAR00087, VAR00088, VAR00089,مج المخططات المعرفية.

مقياس الفعالية الذاتية

حساب الاتساق الداخلي بين البنود و الدرجة الكلية للمحور

المحور الأول

Correlations

Correlations					
المبادرة		دك9			دك9
ف01	Pearson Correlation	**711.0	ف06	Pearson Correlation	**570.0
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100		N	100
ف02	Pearson Correlation	**536.0	ف07	Pearson Correlation	**683.0
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100		N	100
ف03	Pearson Correlation	**660.0	ف08	Pearson Correlation	**719.0
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100		N	100
ف04	Pearson Correlation	**678.0	ف09	Pearson Correlation	**680.0
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100		N	100
ف05	Pearson Correlation	*564.0	**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).		
	Sig. (2-tailed)	0.000			
	N	100			

المحور الثاني

Correlations

Correlations					
المجهود		دك8			دك8
ف01	Pearson Correlation	**46.60	ف05	Pearson Correlation	**597.0
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100		N	100
ف02	Pearson Correlation	**745.0	ف06	Pearson Correlation	**695.0
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100		N	100
ف03	Pearson Correlation	**648.0	ف07	Pearson Correlation	**650.0
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100		N	100
ف04	Pearson Correlation	**463.0	ف08	Pearson Correlation	**679.0
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100		N	100
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).					

المحور الثالث

Correlations

Correlations					
المثابرة		دك10			دك10
ف01	Pearson Correlation	**551.0	ف06	Pearson Correlation	**690.0
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100		N	100
ف02	Pearson Correlation	**667.0	ف07	Pearson Correlation	**764.0
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100		N	100
ف03	Pearson Correlation	**758.0	ف08	Pearson Correlation	**741.0
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100		N	100
ف04	Pearson Correlation	**741.0	ف09	Pearson Correlation	**621.0
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100		N	100
ف05	Pearson Correlation	**728.0	ف10	Pearson Correlation	**754.0
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100		N	100
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).					

المحور الرابع

Correlations

Correlations					
قدر الفعالية		دك9			دك9
ف01	Pearson Correlation	**795.0	ف06	Pearson Correlation	**709.0
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100		N	100
ف02	Pearson Correlation	**833.0	ف07	Pearson Correlation	**801.0
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100		N	100
ف03	Pearson Correlation	**636.0	ف08	Pearson Correlation	**601.0
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100		N	100
ف04	Pearson Correlation	**722.0	ف09	Pearson Correlation	**506.0
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100		N	100
ف05	Pearson Correlation	*816.0	**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).		
	Sig. (2-tailed)	0.000			
	N	100			

حساب الاتساق الداخلي بين المحاور والدرجة الكلية للمقياس

Correlations

Correlations					
		الكلي			الكلي
المبادرة	Pearson Correlation	**859.0	المثابرة	Pearson Correlation	**951.0
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100		N	100
المجهود	Pearson Correlation	**913.0	قدر الفعالية	Pearson Correlation	**909.0
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	100		N	100
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).					

الثبات

ألفا كرونباخ

Reliability

Reliability Statistics		
المحاور	Cronbach's Alpha	N of Items
المبادرة	7290,	10
المجهود	7750,	10
المثابرة	7690,	10
قدر الفعالية	7730,	10
الفعالية الذاتية ككل	7510,	60

التجزئة النصفية

Echelle : TOUTES LES VARIABLES

Récapitulatif de traitement des observations

		N	%
Observations	Valide	100	100,0
	Exclus[a]	0	,0
	Total	100	100,0

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Partie 1	Valeur	,872
		Nombre d'éléments	19[a]
	Partie 2	Valeur	,593
		Nombre d'éléments	18[b]
		Nombre total d'éléments	37
		Corrélation entre les sous-échelles	,930
Coefficient de Spearman-Brown		Longueur égale	,964
		Longueur inégale	,964
		Coefficient de Guttman split-half	,701

a. Les éléments sont : VAR00001, VAR00002, VAR00003, VAR00004, VAR00005, VAR00006, VAR00007, VAR00008, VAR00009, VAR00011, VAR00012, VAR00013, VAR00014, VAR00015, VAR00016, VAR00017, VAR00018, VAR00020, VAR00021.

b. Les éléments sont : VAR00021, VAR00022, VAR00023, VAR00024, VAR00025, VAR00026, VAR00027, VAR00028, VAR00029, VAR00031, VAR00032, VAR00033, VAR00034, VAR00035, VAR00036, VAR00037, VAR00038, VAR00039,مج الفعالية الذاتية.

ملاحق نتائج الفرضية الأولى

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
الفعالية.الذاتية	340	100.0%	0	0.0%	340	100.0%

Descriptives

			Statistic	Std. Error
الفعالية.الذاتية	Mean		137.32	.908
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	135.54	
		Upper Bound	139.11	
	5% Trimmed Mean		137.55	
	Median		137.00	
	Variance		280.184	
	Std. Deviation		16.739	
	Minimum		80	
	Maximum		175	
	Range		95	
	Interquartile Range		24	
	Skewness		-.178	.132
	Kurtosis		.011	.264

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
الفعالية.الذاتية	.029	340	.200*	.994	340	.224

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
الفعالية.الذاتية	137.32	16.739	340
الحرمان	12.96	5.687	340
الاهمال	15.96	6.350	340
الحذر	18.06	5.857	340

الانعزال	15.00	6.303	340
عدم.الاتقان	9.81	5.196	340
الفشل	11.54	4.973	340
التبعية	11.67	5.119	340
القابلية.للانحياز	15.37	6.353	340
العلاقة.الدمجية	16.62	6.181	340
الخضوع	10.88	4.991	340
التضحية	20.86	6.000	340
التحكم.المفرط	14.87	5.567	340
متطلبات	21.43	5.425	340
السيطرة	20.78	5.271	340
نقص.التحكم	17.51	4.999	340

Model Summary[b]

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	.470[a]	.220	.184	15.117	.220	6.109	15	324	.000

a. Predictors: (Constant), نقص.التحكم, العلاقة.الدمجية, الحرمان, متطلبات, التحكم.المفرط, الفشل, التضحية, الحذر, الاهمال, الخضوع, القابلية.للانحياز, السيطرة, الانعزال, عدم.الاتقان, التبعية

b. Dependent Variable: الفعالية.الذاتية

ANOVA[a]

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	20940.298	15	1396.020	6.109	.000[b]
	Residual	74042.113	324	228.525		
	Total	94982.412	339			

a. Dependent Variable: الفعالية.الذاتية

b. Predictors: (Constant), نقص.التحكم, العلاقة.الدمجية, الحرمان, متطلبات, التحكم.المفرط, الفشل, التضحية, الحذر, الاهمال, الخضوع, القابلية.للانحياز, السيطرة, الانعزال, عدم.الاتقان, التبعية

Coefficients[a]

Model		Unstandardized Coefficients B	Unstandardized Coefficients Std. Error	Standardized Coefficients Beta	t	Sig.	Correlations Zero-order	Correlations Partial	Correlations Part	Collinearity Statistics Tolerance	Collinearity Statistics VIF
1	(Constant)	141.118	5.016		28.133	.000					
	الحرمان	-.076	.171	-.026	-.445	.656	-.122	-.025	-.022	.715	1.398
	الاهمال	-.200	.152	-.076	-1.316	.189	-.138	-.073	-.065	.722	1.385
	الحذر	.014	.169	.005	.081	.935	-.068	.005	.004	.691	1.448
	الانعزال	-.031	.172	-.012	-.182	.856	-.088	-.010	-.009	.574	1.741
	عدم.الاتقان	.656	.212	.204	3.095	.002	-.071	.169	.152	.556	1.799
	الفشل	-.287	.207	-.085	-1.387	.166	-.248	-.077	-.068	.635	1.576
	التبعية	-.779	.217	-.238	-3.591	.000	-.313	-.196	-.176	.547	1.829
	القابلية.للانحياز	.190	.160	.072	1.191	.235	-.076	.066	.058	.656	1.525
	العلاقة.الدمجية	.146	.152	.054	.965	.335	-.014	.054	.047	.768	1.302
	الخضوع	-.759	.219	-.226	-3.462	.001	-.270	-.189	-.170	.562	1.778
	التضحية	.357	.157	.128	2.266	.024	.098	.125	.111	.756	1.323
	التحكم.المفرط	.053	.168	.018	.315	.753	-.035	.018	.015	.771	1.297
	متطلبات	-.117	.189	-.038	-.619	.536	.070	-.034	-.030	.642	1.558
	السيطرة	.704	.198	.222	3.555	.000	.142	.194	.174	.618	1.619
	نقص.التحكم	-.621	.187	-.185	-3.325	.001	-.158	-.182	-.163	.774	1.292

a. Dependent Variable: الفعالية.الذاتية

Residuals Statistics[a]

	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	N
Predicted Value	112.98	158.84	137.32	7.859	340
Std. Predicted Value	-3.097	2.737	.000	1.000	340
Standard Error of Predicted Value	1.789	5.777	3.199	.720	340
Adjusted Predicted Value	111.72	157.65	137.26	7.926	340
Residual	-48.143	36.161	.000	14.779	340
Std. Residual	-3.185	2.392	.000	.978	340
Stud. Residual	-3.308	2.444	.002	1.003	340
Deleted Residual	-51.947	37.735	.066	15.564	340
Stud. Deleted Residual	-3.360	2.463	.002	1.006	340
Mahal. Distance	3.753	48.508	14.956	7.446	340
Cook's Distance	.000	.054	.003	.006	340
Centered Leverage Value	.011	.143	.044	.022	340

a. Dependent Variable: الفعالية.الذاتية

ملاحق نتائج الفرضية الثانية

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
فعالية.المبادرة	340	100.0%	0	0.0%	340	100.0%

Descriptives

			Statistic	Std. Error
فعالية.المبادرة	Mean		32.69	.226
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	32.24	
		Upper Bound	33.13	
	5% Trimmed Mean		32.69	
	Median		33.00	
	Variance		17.379	
	Std. Deviation		4.169	
	Minimum		19	
	Maximum		44	
	Range		25	
	Interquartile Range		6	
	Skewness		-.082	.132
	Kurtosis		.005	.264

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
فعالية.المبادرة	.067	340	.001	.993	340	.132

a. Lilliefors Significance Correction

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
فعالية.المبادرة	32.69	4.169	340
الحرمان	12.96	5.687	340
الاهمال	15.96	6.350	340
الحذر	18.06	5.857	340
الانعزال	15.00	6.303	340
عدم.الاتقان	9.81	5.196	340
الفشل	11.54	4.973	340
التبعية	11.67	5.119	340
القابلية.للانحياز	15.37	6.353	340
العلاقة.الدمجية	16.62	6.181	340
الخضوع	10.88	4.991	340
التضحية	20.86	6.000	340
التحكم.المفرط	14.87	5.567	340
متطلبات	21.43	5.425	340
السيطرة	20.78	5.271	340
نقص.التحكم	17.51	4.999	340

Model Summary[b]

					Change Statistics				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	.440[a]	.194	.157	3.829	.194	5.195	15	324	.000

a. Predictors: (Constant), نقص.التحكم, العلاقة.الدمجية, الحرمان, متطلبات, التحكم.المفرط, الفشل, التضحية, الحذر, الاهمال, الخضوع, القابلية.للانحياز, السيطرة, الانعزال, عدم.الاتقان, التبعية

b. Dependent Variable: فعالية.المبادرة

ANOVA[a]

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1142.121	15	76.141	5.195	.000[b]
	Residual	4749.206	324	14.658		
	Total	5891.326	339			

a. Dependent Variable: فعالية.المبادرة

b. Predictors: (Constant), نقص.التحكم, العلاقة.الدمجية, الحرمان, متطلبات, التحكم.المفرط, الفشل, التضحية, الحذر, الاهمال, الخضوع, القابلية.للانحياز, السيطرة, الانعزال, عدم.الاتقان, التبعية

Coefficients[a]

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Correlations			Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Zero-order	Partial	Part	Tolerance	VIF
1	(Constant)	32.320	1.270		25.441	.000					
	الحرمان	.010	.043	.014	.231	.817	-.011	.013	.012	.715	1.398
	الاهمال	-.117	.039	-.178	-3.040	.003	-.166	-.167	-.152	.722	1.385
	الحذر	.011	.043	.015	.250	.803	-.005	.014	.012	.691	1.448
	الانعزال	.020	.044	.030	.452	.652	.010	.025	.023	.574	1.741
	عدم.الاتقان	.196	.054	.244	3.648	.000	.042	.199	.182	.556	1.799
	الفشل	-.019	.052	-.022	-.358	.721	-.152	-.020	-.018	.635	1.576
	التبعية	-.230	.055	-.282	-4.182	.000	-.264	-.226	-.209	.547	1.829
	القابلية.للانحياز	.055	.040	.083	1.355	.177	-.036	.075	.068	.656	1.525
	العلاقة.الدمجية	-.023	.038	-.033	-.586	.558	-.094	-.033	-.029	.768	1.302
	الخضوع	-.123	.056	-.148	-2.219	.027	-.164	-.122	-.111	.562	1.778
	التضحية	.066	.040	.096	1.667	.096	.080	.092	.083	.756	1.323
	التحكم.المفرط	.037	.043	.049	.860	.391	.050	.048	.043	.771	1.297
	متطلبات	-.046	.048	-.060	-.959	.338	.070	-.053	-.048	.642	1.558
	السيطرة	.191	.050	.241	3.797	.000	.165	.206	.189	.618	1.619
	نقص.التحكم	-.082	.047	-.099	-1.738	.083	-.061	-.096	-.087	.774	1.292

a. Dependent Variable: الفعالية.الذاتية

Residuals Statistics[a]

	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	N
Predicted Value	27.79	38.80	32.69	1.836	340
Std. Predicted Value	-2.670	3.332	.000	1.000	340
Standard Error of Predicted Value	.453	1.463	.810	.182	340
Adjusted Predicted Value	27.78	38.42	32.67	1.853	340
Residual	-12.764	8.943	.000	3.743	340
Std. Residual	-3.334	2.336	.000	.978	340
Stud. Residual	-3.402	2.425	.001	1.004	340
Deleted Residual	-13.289	9.636	.010	3.946	340
Stud. Deleted Residual	-3.459	2.443	.001	1.007	340
Mahal. Distance	3.753	48.508	14.956	7.446	340
Cook's Distance	.000	.035	.003	.005	340
Centered Leverage Value	.011	.143	.044	.022	340

a. Dependent Variable: فعالية.المبادرة

ملاحق نتائج الفرضية الثالثة

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
فعالية.مثابرة	340	100.0%	0	0.0%	340	100.0%

Descriptives

			Statistic	Std. Error
فعالية.مثابرة	Mean		39.46	.323
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	38.82	
		Upper Bound	40.09	
	5% Trimmed Mean		39.64	
	Median		40.00	
	Variance		35.423	
	Std. Deviation		5.952	
	Minimum		20	
	Maximum		50	
	Range		30	
	Interquartile Range		9	
	Skewness		-.378	.132
	Kurtosis		-.222	.264

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
فعالية.مثابرة	.077	340	.000	.980	340	.000

a. Lilliefors Significance Correction

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
فعالية.مثابرة	39.46	5.952	340
الحرمان	12.96	5.687	340
الاهمال	15.96	6.350	340
الحذر	18.06	5.857	340
الانعزال	15.00	6.303	340
عدم.الاتقان	9.81	5.196	340
الفشل	11.54	4.973	340
التبعية	11.67	5.119	340
القابلية.للانحياز	15.37	6.353	340
العلاقة.الدمجية	16.62	6.181	340
الخضوع	10.88	4.991	340
التضحية	20.86	6.000	340
التحكم.المفرط	14.87	5.567	340
متطلبات	21.43	5.425	340
السيطرة	20.78	5.271	340
نقص.التحكم	17.51	4.999	340

Model Summary[b]

					Change Statistics				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	.446[a]	.199	.162	5.448	.199	5.370	15	324	.000

a. Predictors: (Constant), نقص.التحكم, العلاقة.الدمجية, الحرمان, متطلبات, التحكم.المفرط, الفشل, التضحية, الحذر, الاهمال, الخضوع, القابلية.للانحياز, السيطرة, الانعزال, عدم.الاتقان, التبعية

b. Dependent Variable: فعالية.مثابرة

ANOVA[a]

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	2390.892	15	159.393	5.370	.000[b]
	Residual	9617.532	324	29.684		
	Total	12008.424	339			

a. Dependent Variable: فعالية.مثابرة

b. Predictors: (Constant), نقص.التحكم, العلاقة.الدمجية, الحرمان, متطلبات, التحكم.المفرط, الفشل, التضحية, الحذر, الاهمال, الخضوع, القابلية.للانحياز, السيطرة, الانعزال, عدم.الاتقان, التبعية

Coefficients[a]

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Correlations			Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Zero-order	Partial	Part	Tolerance	VIF
1	(Constant)	43.217	1.808		23.905	.000					
	الحرمان	-.102	.062	-.098	-1.659	.098	-.195	-.092	-.082	.715	1.398
	الاهمال	-.023	.055	-.024	-.413	.680	-.127	-.023	-.021	.722	1.385
	الحذر	.036	.061	.036	.599	.550	-.072	.033	.030	.691	1.448
	الانعزال	-.032	.062	-.034	-.513	.608	-.138	-.028	-.026	.574	1.741
	عدم.الاتقان	.210	.076	.184	2.752	.006	-.111	.151	.137	.556	1.799
	الفشل	-.101	.075	-.084	-1.354	.177	-.242	-.075	-.067	.635	1.576
	التبعية	-.230	.078	-.197	-2.937	.004	-.300	-.161	-.146	.547	1.829
	القابلية.للانحياز	.075	.058	.080	1.303	.193	-.073	.072	.065	.656	1.525
	العلاقة.الدمجية	.070	.055	.073	1.281	.201	.011	.071	.064	.768	1.302
	الخضوع	-.289	.079	-.243	-3.660	.000	-.290	-.199	-.182	.562	1.778
	التضحية	.069	.057	.070	1.217	.225	.031	.067	.061	.756	1.323
	التحكم.المفرط	.011	.061	.011	.186	.852	-.069	.010	.009	.771	1.297
	متطلبات	-.074	.068	-.067	-1.083	.279	.013	-.060	-.054	.642	1.558
	السيطرة	.205	.071	.182	2.872	.004	.078	.158	.143	.618	1.619
	نقص.التحكم	-.224	.067	-.188	-3.334	.001	-.189	-.182	-.166	.774	1.292

a. Dependent Variable: الفعالية.الذاتية

Residuals Statistics[a]

	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	N
Predicted Value	31.50	47.23	39.46	2.656	340
Std. Predicted Value	-2.995	2.925	.000	1.000	340
Standard Error of Predicted Value	.645	2.082	1.153	.260	340
Adjusted Predicted Value	31.29	47.64	39.43	2.679	340
Residual	-15.916	12.642	.000	5.326	340
Std. Residual	-2.921	2.320	.000	.978	340
Stud. Residual	-2.956	2.385	.002	1.003	340
Deleted Residual	-16.298	13.775	.024	5.608	340
Stud. Deleted Residual	-2.992	2.403	.002	1.006	340
Mahal. Distance	3.753	48.508	14.956	7.446	340
Cook's Distance	.000	.044	.003	.006	340
Centered Leverage Value	.011	.143	.044	.022	340

a. Dependent Variable: فعالية. مثابرة

ملاحق نتائج الفرضية الرابعة

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
فعالية.المجهود	319	100.0%	0	0.0%	319	100.0%

Descriptives

			Statistic	Std. Error
فعالية.المجهود		Mean	30.47	.229
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	30.02	
		Upper Bound	30.92	
		5% Trimmed Mean	30.56	
		Median	31.00	
		Variance	16.709	
		Std. Deviation	4.088	
		Minimum	20	
		Maximum	39	
		Range	19	
		Interquartile Range	6	
		Skewness	-.324	.137
		Kurtosis	-.395	.272

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
فعالية.المجهود	.097	319	.000	.980	319	.000

a. Lilliefors Significance Correction

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
فعالية.المجهود	30.47	4.088	319
الحرمان	12.98	5.659	319
الاهمال	16.14	6.347	319
الحذر	18.03	5.906	319
الانعزال	15.05	6.324	319
عدم.الاتقان	9.74	5.053	319
الفشل	11.52	4.939	319
التبعية	11.76	5.104	319
القابلية.للانحياز	15.40	6.307	319
العلاقة.الدمجية	16.65	6.140	319
الخضوع	10.92	4.962	319
التضحية	20.80	5.892	319
التحكم.المفرط	14.84	5.587	319
متطلبات	21.39	5.361	319
السيطرة	20.80	5.161	319
نقص.التحكم	17.53	4.970	319

Model Summary[b]

					Change Statistics				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	.387[a]	.150	.107	3.862	.150	3.553	15	303	.000

a. Predictors: (Constant), نقص.التحكم, العلاقة.الدمجية, الحرمان, متطلبات, التحكم.المفرط, التضحية, الفشل, الحذر, الاهمال, الخضوع, القابلية.للانحياز, السيطرة, الانعزال, عدم.الاتقان, التبعية

b. Dependent Variable: فعالية.المجهود

ANOVA[a]

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	794.792	15	52.986	3.553	.000[b]
	Residual	4518.675	303	14.913		
	Total	5313.467	318			

a. Dependent Variable: فعالية.المجهود

b. Predictors: (Constant), نقص.التحكم, العلاقة.الدمجية, الحرمان, متطلبات, التحكم.المفرط, التضحية, الفشل, الحذر, الاهمال, الخضوع, القابلية.للانحياز, السيطرة, الانعزال, عدم.الاتقان, التبعية

Coefficientsa

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Correlations			Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Zero-order	Partial	Part	Tolerance	VIF
1	(Constant)	31.157	1.347		23.126	.000					
	الحرمان	-.013	.046	-.018	-.291	.771	-.104	-.017	-.015	.698	1.432
	الاهمال	-.019	.040	-.029	-.465	.642	-.084	-.027	-.025	.714	1.401
	الحذر	.031	.045	.045	.694	.489	-.027	.040	.037	.677	1.477
	الانعزال	-.061	.045	-.095	-1.370	.172	-.101	-.078	-.073	.582	1.718
	عدم.الاتقان	.178	.057	.220	3.116	.002	-.015	.176	.165	.561	1.784
	الفشل	-.100	.055	-.121	-1.829	.068	-.211	-.105	-.097	.644	1.554
	التبعية	-.135	.058	-.169	-2.352	.019	-.227	-.134	-.125	.543	1.842
	القابلية.للانحياز	.036	.042	.055	.845	.399	-.041	.048	.045	.653	1.532
	العلاقة.الدمجية	.026	.040	.039	.654	.513	.000	.038	.035	.777	1.288
	الخضوع	-.107	.058	-.130	-1.840	.067	-.161	-.105	-.097	.565	1.770
	التضحية	.072	.042	.104	1.726	.085	.086	.099	.091	.767	1.304
	التحكم.المفرط	.005	.044	.007	.109	.913	-.022	.006	.006	.766	1.306
	متطلبات	.001	.049	.001	.020	.984	.071	.001	.001	.666	1.501
	السيطرة	.127	.053	.160	2.398	.017	.103	.136	.127	.630	1.588
	نقص.التحكم	-.165	.049	-.201	-3.369	.001	-.160	-.190	-.178	.790	1.266

a. Dependent Variable: فعالية.المجهود

Residuals Statistics[a]

	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	N
Predicted Value	25.50	34.95	30.47	1.581	319
Std. Predicted Value	-3.141	2.836	.000	1.000	319
Standard Error of Predicted Value	.474	1.522	.844	.190	319
Adjusted Predicted Value	25.12	35.00	30.46	1.598	319
Residual	-11.044	8.445	.000	3.770	319
Std. Residual	-2.860	2.187	.000	.976	319
Stud. Residual	-2.938	2.300	.002	1.002	319
Deleted Residual	-11.655	9.343	.013	3.972	319
Stud. Deleted Residual	-2.976	2.317	.001	1.005	319
Mahal. Distance	3.791	48.394	14.953	7.476	319
Cook's Distance	.000	.035	.003	.005	319
Centered Leverage Value	.012	.152	.047	.024	319

a. Dependent Variable: فعالية.المجهود

ملاحق نتائج الفرضية الخامسة

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
قدرة.الفعالية	319	100.0%	0	0.0%	319	100.0%

Descriptives

			Statistic	Std. Error
قدرة.الفعالية	Mean		34.72	.258
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	34.21	
		Upper Bound	35.23	
	5% Trimmed Mean		34.84	
	Median		35.00	
	Variance		21.196	
	Std. Deviation		4.604	
	Minimum		23	
	Maximum		44	
	Range		21	
	Interquartile Range		6	
	Skewness		-.340	.137
	Kurtosis		-.462	.272

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
قدرة.الفعالية	.082	319	.000	.978	319	.000

a. Lilliefors Significance Correction

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
قدرة.الفعالية	34.72	4.604	319
الحرمان	12.98	5.659	319
الاهمال	16.14	6.347	319
الحذر	18.03	5.906	319
الانعزال	15.05	6.324	319
عدم.الاتقان	9.74	5.053	319
الفشل	11.52	4.939	319
التبعية	11.76	5.104	319
القابلية.للانحياز	15.40	6.307	319
العلاقة.الدمجية	16.65	6.140	319
الخضوع	10.92	4.962	319
التضحية	20.80	5.892	319
التحكم.المفرط	14.84	5.587	319
متطلبات	21.39	5.361	319
السيطرة	20.80	5.161	319
نقص.التحكم	17.53	4.970	319

Model Summary[b]

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	.411[a]	.169	.127	4.301	.169	4.095	15	303	.000

a. Predictors: (Constant), نقص.التحكم, العلاقة.الدمجية, الحرمان, متطلبات, التحكم.المفرط, التضحية, الفشل, الحذر, الاهمال, الخضوع, القابلية.للانحياز, السيطرة, الانعزال, عدم.الاتقان, التبعية

b. Dependent Variable: قدرة.الفعالية

ANOVA[a]

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1136.038	15	75.736	4.095	.000[b]
	Residual	5604.131	303	18.495		
	Total	6740.169	318			

a. Dependent Variable: قدرة.الفعالية

b. Predictors: (Constant), نقص.التحكم, العلاقة.الدمجية, الحرمان, متطلبات, التحكم.المفرط, التضحية, الفشل, الحذر, الاهمال, الخضوع, القابلية.للانحياز, السيطرة, الانعزال, عدم.الاتقان, التبعية

Coefficientsa

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Correlations			Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Zero-order	Partial	Part	Tolerance	VIF
1	(Constant)	32.674	1.500		21.777	.000					
	الحرمان	-.003	.051	-.003	-.051	.959	-.070	-.003	-.003	.698	1.432
	الاهمال	-.067	.045	-.092	-1.488	.138	-.095	-.085	-.078	.714	1.401
	الحذر	.016	.050	.021	.324	.746	-.007	.019	.017	.677	1.477
	الانعزال	.056	.050	.078	1.130	.260	.016	.065	.059	.582	1.718
	عدم.الاتقان	.102	.064	.111	1.593	.112	-.055	.091	.083	.561	1.784
	الفشل	-.018	.061	-.019	-.288	.773	-.164	-.017	-.015	.644	1.554
	التبعية	-.246	.064	-.273	-3.835	.000	-.265	-.215	-.201	.543	1.842
	القابلية.للانحياز	.016	.047	.021	.330	.741	-.046	.019	.017	.653	1.532
	العلاقة.الدمجية	.034	.045	.045	.758	.449	.001	.043	.040	.777	1.288
	الخضوع	-.133	.065	-.143	-2.052	.041	-.188	-.117	-.107	.565	1.770
	التضحية	.130	.047	.167	2.788	.006	.173	.158	.146	.767	1.304
	التحكم.المفرط	-.011	.049	-.013	-.216	.829	-.022	-.012	-.011	.766	1.306
	متطلبات	.001	.055	.002	.027	.979	.109	.002	.001	.666	1.501
	السيطرة	.159	.059	.178	2.694	.007	.179	.153	.141	.630	1.588
	نقص.التحكم	-.064	.055	-.069	-1.163	.246	-.035	-.067	-.061	.790	1.266

a. Dependent Variable: قدرة.الفعالية

Residuals Statistics[a]

	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	N
Predicted Value	29.65	39.71	34.72	1.890	319
Std. Predicted Value	-2.683	2.642	.000	1.000	319
Standard Error of Predicted Value	.528	1.695	.940	.212	319
Adjusted Predicted Value	28.59	40.14	34.70	1.922	319
Residual	-12.323	11.842	.000	4.198	319
Std. Residual	-2.865	2.754	.000	.976	319
Stud. Residual	-2.916	2.854	.002	1.003	319
Deleted Residual	-12.766	12.717	.020	4.433	319
Stud. Deleted Residual	-2.953	2.888	.002	1.006	319
Mahal. Distance	3.791	48.394	14.953	7.476	319
Cook's Distance	.000	.044	.004	.006	319
Centered Leverage Value	.012	.152	.047	.024	319

a. Dependent Variable: قدرة.الفعالية