

ISSN: 2708-3659



مجلة الريان

للعلوم الإنسانية والتطبيقية

علمية محكمة - نصف سنوية

المجلد السادس
العدد الثاني
الرقم التسلسلي 11

ديسمبر 2023

الكفاية الذاتية وعلاقتها بالضغط النفسية لدى طالبات قسم رياض الأطفال بكلية البنات

سارة عبدالله حاتم
بكالوريوس رياض الأطفال
جامعة حضرموت

د. فاطمة عبدالله باهديلة
أستاذ مساعد، رياض الأطفال، كلية البنات
جامعة حضرموت

الملخص:

استهدفت الدراسة التعرف إلى مستوى الكفاءة الذاتية لدى طالبات قسم رياض الأطفال بكلية البنات في جامعة حضرموت ومستوى الضغوط النفسية لديهن والعلاقة بينهما، اعتمدت الباحثتان على المنهج الوصفي كطريقة لجمع المعلومات؛ لملاءمته لأغراض الدراسة. استعانَت الباحثتان بأداتي دراسة جاهزتين للباحث أحمد الشواء (2015)، ولتحقيق هدف الدراسة قامت الباحثتان بحساب صدق الأدوات وثباتهما، للتأكد من ملاءمتهما للمجتمع اليمني، وقد شمل مجتمع الدراسة جميع الطالبات الملتحقات بقسم رياض الأطفال بكلية البنات التابعة لجامعة حضرموت المكلا في جميع المستويات الأربعة، ووفقاً لإحصائيات القبول والتسجيل بالكلية فقد تبين أن مجتمع البحث يتكون من (156) طالبة. تم اختيار عينة الدراسة الأساسية من المستويات الأربعة، وتكونت من (51) طالبة. وتوصلت الدراسة إلى النتائج الآتية:

أن مستوى الكفاءة الذاتية عالية لدى طالبات قسم رياض الأطفال بكلية البنات، وأن مستوى الضغوط النفسية لديهن متوسط. وأن مستوى الضغوط النفسية التي تعزى لمتغير المستوى في المستوى الأول والثالث والرابع أعلى من المستوى الثاني، وأن المستوى الكفاءة الذاتية التي تعزى لمتغير المستوى في جميع المستويات تتمتع بمستوى كفاءة ذاتية عالية. وأنه لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الكفاءة الذاتية والضغوط النفسية لدى الطالبات.

وقد تقدمت الدراسة بمجموعة من التوصيات، أهمها:

1. ضرورة العمل على رفع الكفاءة الذاتية المدركة لدى الطلبة والطالبات في جامعة حضرموت عن طريق عقد دورات تدريبية متخصصة بذلك.
2. ضرورة العمل على رفع مستوى التعامل مع الضغوط النفسية لدى الطلبة والطالبات في جامعة حضرموت من أجل مواجهة صعوبات الحياة.

الكلمات المفتاحية: الكفاءة الذاتية ، الضغوط النفسية.

المقدمة:

تعد مرحلة الجامعة من أهم المراحل التعليمية التي من خلالها تكتسب الطالبات جملة من المعلومات والخبرات والقيم والمعارف التي تفيد في المستقبل، وتجد الطالبة أن الحياة الجامعية هي مرحلة من أروع مراحل حياتها، ومن أكثرها أهمية ومن أجملها حيوية ومنتعة وفيها أفضل فرص لبناء الذات وتزويدها بعوامل النجاح، ووسائل مواجهة التحديات التي تعرض حياه الطالبة للضغط النفسي.

((فالضغط النفسي في هذه المرحلة هو شعور طبيعي خاصة في بداية الحياة الجامعية؛ مرورهم بكثير من التغيرات والقرارات المهمة والصعبة أحياناً، وقد تسبب لهم سوء التوافق وضعف التكامل النفسي، وتشعرهم بالتوتر والقلق والصراعات الداخلية والخارجية، ولكن قد تكون نسبة معقولة من الضغوط النفسية، لها نتائج إيجابية حيث يكون بمثابة المحفز أو التحدي الذي يدفع الطالبات نحو التميز والتفوق والمثابرة.)) (صالح، 2019)

فهي عبارة عن استجابة تكيفية تحدثها الفروق الفردية بين الأفراد، وتسهم العمليات النفسية فيها، لذا فهي تنتج عن أي حدث سيئ، أو موقف أو حادثة، وتحتاج إلى جهد نفسي وجسدي وفيزيائي للفرد. (الشيخاني، 2003)

فالكثير من الضغوط التي تتعرض لها الطالبات تتسبب بظهور مشاعر سلبية وأعراض توتر تؤثر بشكل كبير على مستوى الكفاءة الذاتية لديهم. (صالح، 2019)

فالكفاءة الذاتية تعد إحدى أهم مفاهيم أبعاد الشخصية للطالبات؛ حيث ترتبط بتوقعات الطالبة وقناعاتها الذاتية ومدى قدرتها على الأداء والعمل، والتي في النهاية تحدد طبيعة السلوك ومداه، الذي ستقوم به الطالبة من خلال اختيارها للمواقف والخبرات، وجهةها الذي تنوي بذله وقوة إرادتها ومثابرتها لإنجاز الموقف.

يعد مفهوم الكفاءة الذاتية كما أوردها (عرنكي والشمايله والجعافرة و السبيبة، 2016) محوراً رئيساً من محاور النظرية المعرفية الاجتماعية، التي ترى أن الفرد لديه القدرة على ضبط سلوكه نتيجة ما لديه من معتقدات شخصية، فالأفراد لديهم نظام من المعتقدات الذاتية يمكنهم من التحكم بمشاعرهم وأفكارهم. حيث يمثل مفهوم الكفاءة الذاتية المدركة لدى أصحاب النظرية الاجتماعية مكوناً حاسماً في إحساس الفرد بالضبط الشخصي والسيطرة على مصيره والتوافق مع أحداث الحياة، وأن

الإحساس بالضبط والسيطرة الشخصية يعملان على التوافق والتقليل من مستوى الضغوط النفسية. (الظاهر، 2004).

مشكلة الدراسة وأسئلتها:

تكمن مشكلة الدراسة في السؤال الرئيس الآتي:

-هل توجد الكفاءة الذاتية لدى طالبات قسم رياض الأطفال بكلية البنات؟ وما علاقتها بالضغوط النفسية لديهن؟

وينبثق من السؤال الرئيس الأسئلة الفرعية الآتية:

1. ما مستوى الكفاءة الذاتية لدى طالبات قسم رياض الأطفال بكلية البنات من وجهة نظرهن؟
2. ما مستوى الضغوط النفسية لدى طالبات قسم رياض الأطفال بكلية البنات من وجهة نظرهن؟
3. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة إحصائية (0,05) لمعتقدات الكفاءة الذاتية لدى طالبات قسم رياض الأطفال بكلية البنات تعزى لمتغير المستوى الدراسي من وجهة نظرهن؟
4. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0,05) لضغوط النفسية لدى طالبات قسم رياض الأطفال بكلية البنات تعزى لمتغير المستوى الدراسي من وجهة نظرهن؟
5. هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0,05) بين الكفاءة الذاتية والضغوط النفسية لدى طالبات قسم رياض الأطفال بكلية البنات؟

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى الآتي:

1. التعرف على مستوى الكفاءة الذاتية لدى طالبات قسم رياض الأطفال بكلية البنات جامعة حضرموت.
2. التعرف على مستوى الضغوط النفسية لدى طالبات قسم رياض الأطفال بكلية البنات جامعة حضرموت.
3. التعرف على مستوى الضغوط النفسية التي تواجه طالبات قسم رياض الأطفال بكلية البنات جامعة حضرموت وعلاقتها بالكفاءة الذاتية لديهم.

أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة في الآتي:

1. التعرف على أهمية مفهوم الكفاءة الذاتية الأكاديمية بوصفها من إبعاد الشخصية الإنسانية المهمة.

2. التعرف على أهمية معرفه مستوى الكفاءة الذاتية الأكاديمية وعلاقتها بالضغوط النفسية التي لدى طالبات قسم رياض الأطفال بكلية البنات.

3. تعد هذه الدراسة إسهامًا في مجال الاهتمام بتنمية الكفاءة الذاتية لدى طالبات كلية البنات.

3. أنها دراسة جديدة في حدود علم الباحثين قد تضيف إضافة نظرية لمكتبة الكلية.

حدود الدراسة:

حد موضوعي: اقتصرت حدود الدراسة في التعرف على مستوى الكفاءة الذاتية وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى طالبات قسم رياض الأطفال بكلية البنات جامعة حضرموت.

الحد البشري: طالبات قسم رياض الأطفال بكلية البنات بالمستويات ((الأول، الثاني، الثالث، الرابع))

الحد المكاني: كلية البنات بجامعة حضرموت

الحد الزمني: طبقت الدراسة في الفصل الثاني من العام الدراسي (2021 - 2022)

مصطلحات الدراسة:

وردت في الدراسة بعض المصطلحات تم تعريفها اصطلاحًا وبدلالة الدراسة:

الكفاءة الذاتية:

عرفها (bandura-1997) في ما أورده (بالحسيبي وحدان، بدون) بأنها: الأحكام التي يصدرها الأفراد على قدراتهم لتنظيم الأعمال وإنجازها التي تتطلب تحقيق أنواع واضحة من الأداء.

وعرفها الزيات (2016، ص112) بأنها: اعتقاد الفرد لمستوى فاعلية قدراته الذاتية وما تشمله من مقومات عقلية معرفية وانفعالية واقعية لمعالجة المواقف أو المشكلات.

وعرفت الباحثان الكفاءة الذاتية بأنها:

تقدير الفرد لذاته فيما يليق بتوقعه لإنجاز الأعمال والمهام، وحل المشكلات، مما يجعله يبذل قصارى جهده لتحقيق النجاح في الجامعة.

الضغوط النفسية:

عرفها أبو غالي (2012، 625) بأنها: استجابة الفرد لمجموعة من الأحداث الحياتية، التي قد تواجهه في حياته اليومية، وتشكل له خبرات غير توافقية تعوق سير حياته الطبيعية في كافة مجالات الحياة.

وعرفت الباحثان الضغوط النفسية بأنها:

حالة من الشعور بالضيق وعدم الارتياح والتوتر والتهديد تسببها مجموعة من العوامل قد تكون بيئية أو اجتماعية أو نفسية يراها الفرد بأنها ضاغطة عليه وفوق طاقته داخل الجامعة.

الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة

أولاً: الكفاءة الذاتية:

مقدمة:

تعد معتقدات الكفاءة الذاتية من الأبعاد المهمة في شخصية الفرد، فمعتقدات الفرد عن نفسه أساس مهم لتحديد سلوكه وتصرفاته في المجالات الشخصية والاجتماعية والانفعالية. ودلت نتائج كثير من الدراسات على أهمية معتقدات الكفاءة الذاتية؛ إذ تتيح معتقدات الكفاءة الذاتية لدى الفرد المجال لتطوير قدراته المتعلقة بالتخطيط وتنفيذ المهام وتقييم الأعمال، وتطوير الرقابة الذاتية حول التعلم (علي، 2004) إضافة إلى أن مدركات الفرد حول كفاءته الذاتية تؤدي دورًا مهمًا في تحصيله الدراسي (الشمراي، 2014، سعيد، 2012)، كما وجد ارتباط وثيق بين الهوية النفسية والإحساس بالكفاءة الذاتية، فهناك تلاقٍ بين القناعات المرتبطة بالقدرة على الإنجاز وبين القناعات المرتبطة بالذات (السعدي، 2012)، كما أكدت النتائج بأنه كلما زاد مستوى الكفاءة الذاتية لدى الطالب زاد تفوقه الدراسي (مباركه وأبي مولود، 2014).

عوامل الكفاءة الذاتية:

يعقد المنظرون الاجتماعيون المعرفيون بأن هناك عددًا من العوامل تؤثر في نمو الكفاءة الذاتية، هذه العوامل هي خبرات النجاح والفشل ورسائل الآخرين ونجاح الآخرين وفشلهم ونجاح المجموعة ككل وفشلها. (أبو علام، 2004، ص182).

مصادر الكفاءة الذاتية:

يشكل الأفراد اعتقادهم المتعلقة بالكفاءة الذاتية من خلال عدد من المصادر الأساسية، وتعد الكيفية التي يفسرون بها نتائج أدائهم وخبراتهم السابقة أكثر تلك المصادر تأثيرًا فإذا فسرت النتيجة على بأنها نجاح أو إنجاز مهم فإنها تعمل على رفع مستوى الكفاءة، في حين يعمل تفسير النتيجة فإنها فشل على خفض مستوى الكفاءة، وهكذا فإن خبرات الفرد وإنجازاته تبقى كاليانينات الخام، يعتمد تأثيرها في اعتقادات الكفاءة الذاتية للفرد من خلال أربع مصادر رئيسة، وهي: خبرات الإنجاز (الأداء)، والخبرات البديلة، والحالة الفسيولوجية، والانفعالية.

أبعاد الكفاءة الذاتية:

قدم باندورا في نظريته عن الكفاءة الذاتية ثلاثة أبعاد للكفاءة أو فعالية الذات، وهي كالاتي:

* الفاعلية: تعني الفاعلية مستوى دوافع الفرد لأداء في مجالات مختلفة، ويختلف ذلك المستوى تبعًا لطبيعة الموقف أو صعوبته. (نيفين عبدالرحمن، 2011، ص49).

* العمومية: هي انتقال توقعات الفاعلية إلى مواقف متشابهة، فالأفراد غالبًا ما يعمم لديهم وبإحساسهم في فاعلية في المواقف المتشابهة بالموقف الذي يتعرضون له.

* القوة والشدة: بين باندورا أن قوة الشعور بالفاعلية الشخصية تعبر عن المثابرة العالمية، والقدرة المرتفعة التي تمكن من اختيار الأنشطة التي سوف تؤدي للنجاح. (عطاف محمود، 2015، ص620)

أنواع الكفاءة الذاتية:

صنف العلماء الكفاءة الذاتية على أنواع عدة، منها:

1- الكفاءة القومية:

قد ترتبط بأحداث لا يستطيع المواطنون السيطرة عليها، مثل (انتشار تأثير التكنولوجيا الحديثة، التغيير الاجتماعي السريع في أحد المجتمعات، الأحداث التي تجري في أجزاء أخرى من العالم. (جابر، 1986، ص477).

2- الكفاءة الجماعية: هي مجموعة تؤمن بقدراتها، وتعمل في نظام جماعي لتحقيق المستوى المطلوب منها. (أبو هاشم، 1990، ص45).

3- الكفاءة الذاتية العامة: وهي قدرة الشخص على القيام بالسلوك الذي يحقق نتائج إيجابية ومقبولة في موقف محدد، والسيطرة على الضغوط الحياتية التي تؤثر على سلوك الأشخاص (عمرو، 2012، ص35).

4- الكفاءة الذاتية الخاصة: ويقصد بها أحكام الأشخاص الخاصة المنوطة بمقدرتهم على القيام بمهمة محددة في نشاط معين، مثل: الرياضيات (أشكال هندسية) (أبو هاشم، 1990، ص58).

5- الكفاءة الذاتية الأكاديمية: وهي إدراك الشخص بقدرته على القيام بالمهام التعليمية بمستويات مرغوب فيها. (العزب، 2004، ص51).

خصائص الكفاءة الذاتية:

هناك خصائص عامه للكفاءة الذاتية، وهي:

- 1- مجموعة القرارات والمعتقدات والمعلومات عن مستويات الشخص وبإمكاناته ومشاعره.
- 2- ثقة الشخص في أداء عمل ما بجدارة.
- 3- توفر قدر من الاستطاعة سواء كانت فسيولوجية عقلية أو نفسية، مع وجود دافعية في المواقف.

4- توقعات الشخص لأداء العمل في الحاضر والمستقبل.

5- الاعتقاد بأن الشخص يمكنه تنفيذ أحداث مطلوبة. إي إنها تشمل المهارات المملكة من طرف الشخص، وحكمه على ما يمكنه القيام به، مع ما يتوفر لديه من مهارات.

6- ليست سمة ثابتة في السلوك الشخصي، أي إنها مجموعة من الأحكام التي لا تتصل بما يقوم به الفرد فقط، بل تشمل أيضًا الحكم على ما يمكن تحقيقه، وأنها نتيجة للقدرة الشخصية.

الضغوط النفسية:

يؤثر الضغط النفسي المتكرر على صحتنا ورفاهيتنا، وقد يعيق أعمالنا وحياتنا الاجتماعية. فالضغط النفسي المتكرر والمستمر والشديد يضعف ويدمر الإنسان الذي يصعب عليه أن يواجه العوامل التي تسبب هذا الضغط أو تعالجها.

زيادة على ذلك أن قدرتنا تتأثر عند مواجهة الضغط النفسي بالمحيط الخارجي (الدعم الفردي والجماعي الذي قد يحظى به الفرد على سبيل المثال) والذي يؤثر على ردة فعلنا إزاء المشاكل التي نواجهها مع محيطنا البشري من أفراد العائلة في المنزل، زملاء العمل والأصدقاء، ممن نمضي معهم أوقات الفراغ والتسلية. ويؤثر أخيرًا على استجاباتنا للضغوط الاجتماعية والمجتمعية (تغيير نظرتنا بطريقة أو بأخرى تجاه أنفسنا وأجسامنا، إدمان المشروبات الممنوعة وتعاطيها، السلوكيات الروحية والجنسية).

أنواع الضغوط النفسية:

تتعدد أنواع الضغوط التي يتعرض لها الإنسان، فهناك الضغوط المؤقتة، الضغوط المزمنة، وهناك الإيجابية، والسلبية، وهناك السارة والمؤلمة، ولا يمكن حصر الضغوط في هذه الأنواع فقط؛ لأن الضغوط ترتبط بمواقفها، وقدرة الإنسان على تقبلها والتعامل معها، والتعايش معها، ومدى قدرته على التوافق معها. وفيما يأتي أهم أنواع الضغوط:

1= الضغوط المفاجئة والعنيفة: وتشمل الأحداث المفاجئة، وهي ضغوط عنيفة، وتحدث فجأة وتؤثر في كثير من الأشخاص في وقت واحد، كما لكوارث الطبيعية، مثل: الزلزال والأعاصير والبراكين نموذجًا، وهذه الأحداث تؤثر في الشعوب، والضغط الناتج عن تلك الأحداث هو ضغط عام.

2= الضغوط الشخصية: وتشمل أحداث الحياة الرئيسة، مثل: وفاة شخص عزيز، أو فقدان الوظيفة، وغير ذلك مما يهدد بالمرض.

3= الضغوط البيئية والاجتماعية: وتشمل المشاكل التي يصادفها المرء في الحياة اليومية، مثل: الانتظار والوقوف في طابور طويل في بنك، أو الازدحام في مرور، وهذه تختلف شدتها من وقت لآخر، ومن شخص لآخر (ابوعون، 2014، ص22).

مصادر الضغوط النفسية:

هي عبارة عن مثير له إمكانية محتملة على أن يولد استجابة المواجهة أو الهروب منها، والمصادر على نوعين:

أ- مصادر داخلية: وتمثل في:

عدم القدرة على إقامة علاقات اجتماعية، وانخفاض المهارات الاجتماعية، والضغوط العاطفية، والتنافس والعدوان، وفقدان الأمن، والشعور بالخوف، وانخفاض الطموح، وغموض الدور، والصراع الأخلاقي، وعدم القدرة على المواجهة والضغوط الصحية، والأمراض المزمنة، والخجل والانطواء (عبدالسلام وآخرون، 2013، ص65).

ب- مصادر خارجية:

والتي تأتي من البيئة الخارجية، مثل الضوضاء، والزلازل، والأعاصير، والضغوط، والقيم، والمعتقدات، والصراع بين العادات والتقاليد. (النادر وآخرون، 2014، ص192).

العناصر الرئيسية للضغوط النفسية:

أ- مصادر الموقف الضاغط.

ب- الاستجابة لهذا الموقف الضاغط.

وبغير هذين العاملين مجتمعين لن يكون هناك مواقف ضاغطة حيث إن مصادر الضغوط بمفردها لا تشكل ضغوطاً كما أن صدور استجابة معينة لمواجهة هذه الضغوط. (عبيد، 2008، ص29-30).

العلاقة بين الضغوط النفسية والكفاءة الذاتية المدركة:

تظهر الضغوط من خلال ما تتركه من آثار سلبية في صحة الإنسان، و إذا ما استمرت فإن ذلك يؤدي إلى انخفاض في مستوى الأداء، وفقدان الدافعية، وعدم الاهتمام بالعمل (جاسم، 2004).

وجد، فيما يتعلق بالضغوط ذات الدرجة العالية من الكفاءة الذاتية أن أصحابها يواجهون المواقف الضاغطة بدرجة منخفضة من الاستشارة الفسيولوجية (مستوى أقل من الأدرينالين في الدم) وبذلك يظل هؤلاء في حالة هادئة نسبياً عند مواجهتهم الأزمات المصاحبة لهذه المواقف وضمن إطار الصحة

النفسية، بينت البحوث أن الأفراد العاديين لديهم درجة أعلى من إدراك الكفاءة الذاتية مقارنة مع الذين يعانون من مشكلات عصبية وبصورة عامة. يعزف الفرد عن محاولة تحقيق هدف إذا اعتقد بأن ليس في استطاعته تحقيقه (عسكر، 2000).

وقد تناول عدد من الباحثين العلاقة بين الضغوط النفسية والكفاءة الذاتية المدركة تبينها عدد من الباحثين (هلال، 2006، حسن، 2006) والتي أشارت إلى أن الكفاءة الذاتية تقل بزيادة الضغوط النفسية، والعكس صحيح.

وهذا ما تؤكدته نظرية باندورا (Pandora) والذي تبين بأن الكفاءة الذاتية تعد حاسمة في القدرة على تحمل الضغوط النفسية، فهي تؤثر على الإنجازات والخبرات السابقة للاتفاق في المهام والأعمال التي يقوم بها الفرد، وعليه فإن الخبرات الناجحة تزيد من الكفاءة الذاتية المدركة، في حين أن الفشل المتكرر يقلل الإحساس بالكفاءة الذاتية، وتعد خبرات الفشل بوجهة خاص ضارة على عملية إتقان العمل (علي، 2008).

وبناء على ما سبق ترى الباحثتان أن الضغوط النفسية المحيطة بالأفراد كثيرة ومتعددة الأسباب والمصادر، وليس هناك قدرة على السيطرة عليها أو تقليلها، ولكن يمكن أن يتم تدريب الأفراد وإكسابهم مهارات من شأنها جعلهم قادرين على تحملها أو التغلب عليها، ومن هذه المفاهيم هو مفهوم الكفاءة الذاتية المدركة، والتي يجب أن يتحلى بها الأفراد من أجل جعلهم قادرين على التحكم بها والتغلب عليها.

ثانياً: الدراسات السابقة:

قامت الباحثتان بتقسيم الدراسات التي تم جمعها على ثلاثة محاور وفقاً لما يأتي:

المحور الأول: الدراسات التي تناولت الكفاءة الذاتية

دراسة الجهورية والظفري (2018):

أجراكل من الجهورية و الظفري دراسة بعنوان (علاقة الكفاءة الذاتية الأكاديمية بالتوافق النفسي لدى طلبة الصفوف من 7-12 في سلطنة عمان).

وهدفت الدراسة لفحص علاقة الكفاءة الذاتية بالتوافق لدى عينة من طلبة الصفوف السابع (ن=2821) حتى الثاني، عشر والذين تم اختيارهم من عينة من المدارس التابعة لجميع المناطق التعليمية في سلطنة عمان.

كما سعت الدراسة لاستكشاف إمكانية التنبؤ بالكفاءة الذاتية الأكاديمية من خلال التوافق النفسي، وتحديد الفروق في الكفاءة الذاتية الأكاديمية والتوافق ومقياس التوافق النفسي تبعاً لمتغيري الجنس والوصف، ولغايات جمع بيانات الدراسة، تم تطبيق مقياس الكفاءة الذاتية الأكاديمية ومقياس التوافق النفسي بعد التأكد من صدقها وثباتها، وأشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الكفاءة الذاتية مستوى الكفاءة الذاتية الأكاديمية والتوافق النفسي تعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث، ولوجود فروق دالة إحصائية في مستوى الكفاءة الذاتية الأكاديمية تعزى لمتغير الصف ولصالح الصف التاسع والعاشر، وفي مستوى التوافق لصالح الصف الثاني عشر. وأظهرت نتائج تحليل الانحدار الخطي المتعدد أن بعد التوافق الإيجابي هو المتنبئ الدال الوحيد وأسهم بنسبة (15.2%) في تفسير التباين في درجات الطلبة في مقياس الكفاءة الذاتية الأكاديمية.

دراسة سمار (2017):

أجريت سمار دراسة بعنوان (الكفاءة المدركة ومستوى التفكير الناقد وعلاقتها بمدى إتقان مهارة التعميم الرياضي خارج الصف لدى طلبة الصف العاشر في المدارس الحكومية في مدينة نابلس) هدفت الدراسة إلى تقصي العلاقة بين الكفاءة الذاتية والتفكير الناقد والتعميم الرياضي لدى طالبات الصف العاشر الأساسي في المدارس الحكومية في مدينة نابلس. وتكونت عينة الدراسة من (96) طالبة من طالبات الصف العاشر الأساسي في مدينة سعيد بن عامر الثانوية للبنات في منطقة المخفية في مدينة نابلس، وتم اختيار العينة بالطريقة غير العشوائية القصدية، وجمعت البيانات باستخدام ثلاث أدوات وهي: مقياس الكفاءة الذاتية المدركة، واختبار التفكير الناقد، والتعميم الرياضي، وتأكدت الباحثة من صدق الأدوات وثباتها، واستخدمت الباحثة برنامج الرزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) لمعالجة البيانات، وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية: أن مستوى الكفاءة الذاتية المدركة عند الدرجة الكلية ومجالاتها الانفعالي، والاجتماعي، والإصرار والمثابرة، والمعرفي، والأكاديمي لدى طالبات الصف العاشر الأساسي في المدارس الحكومية في مدينة نابلس كانت متوسطة.

وفي ضوء هذه النتائج أوصت الباحثة بعدد من التوصيات، كان أهمها ضرورة رفع مستوى الكفاءة الذاتية المدركة لدى الطالبات بالتعاون مع المرشدة المدرسية.

دراسة العرسان (2017):

أجرى العرسان دراسة بعنوان (الكفاءة الذاتية ومهارة حل المشكلات لدى طلبة جامعة حائل والعلاقة بينهما في ضوء بعض المتغيرات).

هدفت الدراسة إلى الكشف عن الكفاءة الذاتية ومهارة حل المشكلات لدى طلبة جامعة حائل والعلاقة بينهما في ضوء بعض المتغيرات، وتكونت عينة الدراسة من (450) طالبًا وطالبة، منهم (200) طالب و(250) طالبة خلال العام الدراسي 2014_2015م، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية، ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام مقياسين، هما: مقياس الكفاءة الذاتية الأكاديمية، ومقياس مهارة حل المشكلات.

وباستخدام المتوسطات الحسابية ومعاملات الارتباط أظهرت نتائج الدراسة وجود مستوى متوسط من الكفاءة الذاتية الأكاديمية ومهارة حل المشكلات لدى طلبة جامعة حائل، وكذلك وجود فروق دالة إحصائية في الكفاءة الذاتية الأكاديمية تبعًا لمتغير الجنس ولصالح الإناث. ووجود فروق دالة إحصائية تبعًا لمتغير المستوى الدراسي ولصالح الطلبة في المستوى الدراسي الأعلى، وعدم وجود فروق تبعًا للمتغير الأكاديمي.

المحور الثاني: الدراسات التي تناولت الضغوط النفسية:

دارسة عسيري (2021):

أجرى عسيري دارسه بعنوان (الضغوط النفسية وعلاقتها بأساليب المعاملة الوالدية وتحقيق الذات لدى عينة من الطلاب في التخصصات الإدارية والإنسانية).

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الضغوط النفسية وأساليب المعاملة الوالدية وتحقيق الذات لدى عينة من طلاب الجامعة في التخصصات الإدارية الإنسانية، واختيرت عينة الدراسة بطريقة العينة الطبقية (192) طالبًا مايعادل 2% من طلاب جامعة الملك عبد العزيز في التخصصات الإدارية الإنسانية (آداب، حقوق، الاقتصاد والإدارة، والاتصال) البالغ عددهم 9687 طالبًا وتم استخدام المنهج الوصفي باستخدام أسلوب الدراسات الارتباطية لاختيار فروض الدراسة باستخدام الأدوات الآتية:

مقياس الضغوط النفسية من إعداد الزاهري 2018، مقياس المعاملة الوالدية من إعداد القرني 2015، مقياس تحقيق الذات جونز وكراندال 1986 ترجمة محمد ربيع شحاتة، بعد التحقق من صدقها وثباتها، وأظهرت نتائج الدراسة ما يأتي:

وجود ارتباط إيجابي دال إحصائيًا بين الضغوط النفسية وأساليب المعاملة الوالدية (الأب) مقدار 498,0 وهو دال عند مستوى 0,001 ووجود ارتباط إيجابي دال إحصائيًا بين الضغوط النفسية وأساليب المعاملة الوالدية (الأم) مقداره 525,0 وهو دال عند مستوى (0,100) ووجود ارتباط إيجابي دال إحصائيًا بين الضغوط النفسية وتحقيق الذات مقداره (524,0) وهو دال عند مستوى (0,100).

دراسة غضبان وعميرة وفرطاس و عميروش (2020):

أجرى كلٌّ من غضبان وعميرة وفرطاس وعميروش دراسة بعنوان (الضغوط النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى تلاميذ المرحلة الثانوية).

هدفت الدراسة للتعرف على العلاقة بين الضغوط النفسية وتدني صور الذات (المظهر الخارجي) لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، والتعرف على العلاقة بين الضغوط النفسية وتدني صور الذات الاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، والتعرف على العلاقة بين الضغوط النفسية وتدني صور الذات النفسية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية. وتمثلت أدوات الدراسة في استخدام الطالب مقياسين: الأول لقياس الضغط النفسي المعد من طرف الطالب، والثاني لقياس مستوى تقدير الذات باستخدام سلم تقدير الذات لروز نبيغ. وتوصلت الدراسة إلى أنه توجد علاقة ارتباطية بين الضغوط النفسية وتقدير الذات لدى مرضى السكري (عبدلي، 2015).

دراسة عبد الحق وعوادي وريممة(2019):

أجرى كلٌّ من عبد الحق وريممة دراسة بعنوان (الضغط النفسي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ البكالوريوس):

تهدف الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الضغط النفسي والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ البكالوريوس في ثانوية قاسي لخضر بن مولود اث منصور البويرة.

وقد تم إجراء الدراسة على عينة مكونة من (39) تلميذاً وتلميذة من ثانوية قاسي لخضر بن مولوداث منصور البويرة، تم اختيارهم مع بطريقة عرضية، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدمت المنهج الوصفي واعتمدا على مقياس الضغوط النفسية المدرسية من إعداد أحمد بدر الأنصاري كأداة للقياس.

تمت معالجة بيانات الدراسة باستخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية باستخدام المتوسط الحسابي والمتوسط النظري واختبار (ت).

ويمكن إيجاز ماتوصلت إليه الدراسة من نتائج في الآتي:

لاتوجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغط النفسي لدى تلاميذ البكالوريوس تبعاً لعامل الجنس.

لاتوجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغط النفسي لدى التلاميذ البكالوريوس باختلاف الشعب (علوم تجريبية، آداب، وفلسفة).

المحور الثالث: الدراسات التي تناولت الكفاءة الذاتية وعلاقتها بالضغوط النفسية:

دراسة سليمان (2021)

أجرى سليمان دراسة بعنوان (الكفاءة الذاتية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة الموصل) حيث هدف البحث إلى بناء مقياس الكفاءة الذاتية وأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة الموصل، والتعرف على مستوى الكفاءة الذاتية لدى طلبة جامعة الموصل، والتعرف على الفروق في مستوى الكفاءة الذاتية لدى طلبة جامعة الموصل وفق متغيرات: الجنس، والتخصص، والمرحلة الدراسية، وكذلك التعرف على مستوى أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة الموصل، والتعرف على الفروق في مستوى أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة الموصل تبعًا لمتغيرات (الجنس، التخصص، المرحلة الدراسية) وكذلك الكشف عن العلاقة بين فعالية الذات وأساليب مواجهة الضغوط النفسية. الضغط النفسي لدى طلبة جامعة الموصل، والتعرف على الفروق في العلاقة بين الكفاءة الذاتية وأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة الموصل تبعًا لمتغيرات (الجنس، التخصص، المرحلة الدراسية). تكونت عينة البحث الأساسي من (700) طالب وطالبة، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية من كليات جامعة الموصل للعام الدراسي (2020-2021)، موزعين على (8) كليات و(4) كليات علمية و (4) كليات العلوم الإنسانية، ولتحقيق أهداف البحث طبقت الباحثة أداتين: مقياس الكفاءة الذاتية (من إعداد الباحثة)، وهو بصورته النهائية المكون من (45) فقرة، ومقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية (إعداد الباحثة)، وهي بصورتها النهائية المكونة من (49) فقرة تم التحقق من صدقها وثباتها، وتوصلت الباحثة إلى النتائج التالية: 1. يمتلك الطلبة عينة البحث مستوى مناسبًا من الكفاءة الذاتية. 2. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الكفاءة الذاتية باختلاف متغير الجنس والمرحلة الدراسية. 3. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الكفاءة الذاتية ولصالح طلبة التخصص الإنساني. 4. إن الأسلوب الأكثر استخدامًا لدى عينة البحث هو أسلوب إعادة التفسير الإيجابي، يليه أسلوب لوم الذات. 5. الفروق في مستوى أساليب مواجهة الضغوط النفسية باختلاف متغيرات الجنس (ذكر- أنثى) والتخصص (علمي- إنساني) والمرحلة الدراسية (الأول-الرابع). 6. لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين الكفاءة الذاتية وأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى الطلبة عينة البحث. 7. لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية في العلاقة بين الكفاءة الذاتية وأساليب مواجهة الضغوط النفسية تبعًا لمتغيرات: الجنس (ذكر-أنثى)، التخصص (علمي-إنساني)، المرحلة (الأولى-الرابعة).

دراسة عيد (2017):

اجرت عيد دراسة بعنوان (الكفاءة الذاتية المدركة وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى الطالبات الملمات بقسم تربية الطفل بكلية التربية بالوادي الجديد) حيث هدفت الدراسة إلى تحديد العلاقة بين مستوى الكفاءة الذاتية المدركة ومستوى الضغوط النفسية لدى الطالبات الملمات بقسم تربية الطفل، وتكونت عينة البحث من (٨٤) طالبة من طالبات الفرقة الثالثة والرابعة بقسم تربية الطفل، واستخدمت الباحثة مقياسي الكفاءة الذاتية المدركة والضغوط النفسية، وتوصلت نتائج البحث إلى أن مستوى الكفاءة الذاتية المدركة لدى الطالبات الملمات بقسم تربية الطفل جاءت مرتفعة بينما جاءت الضغوط النفسية بدرجة متوسطة.

السلطاني (2016):

أجرى السلطاني دراسة بعنوان (الكفاءة الذاتية الأكاديمية المدركة لدى طلبة كلية التربية الأساسية في جامعة بابل) حيث هدف البحث للتعرف على مستوى الكفاءة الذاتية الأكاديمية المدركة لدى طلبة كلية التربية الأساسية في جامعة بابل، والتعرف على مستوى الكفاءة الذاتية الأكاديمية المدركة لدى طلبة كلية التربية الأساسية في جامعة بابل تبعاً لمتغيري الجنس (ذكور - إناث) والسنة الدراسية الجامعية (الثانية-الرابعة). وقد توصل البحث إلى النتائج الآتية: أنّ أفراد العينة لديهم مستوى جيد من الكفاءة الذاتية الأكاديمية المدركة. ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الكفاءة الذاتية الأكاديمية المدركة بين الطلاب والطالبات، وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مستوى طلبة السنة الثانية والسنة الرابعة ولصالح طلبة السنة الرابعة.

دراسة أبو علي ومحاميد (2015):

أجرى كلٌّ من أبو علي ومحاميد دراسة بعنوان (دراسة الضغوط النفسية وعلاقتها بالكفاءة الذاتية المدركة لدى معلمي المدارس الحكومية الثانوية في محافظات الضفة الغربية في فلسطين).

هدفت الدراسة للتعرف على درجة الضغوط النفسية وعلاقتها بالكفاءة الذاتية المدركة لدى معلمي المدارس الحكومية الثانوية في محافظات شمال الضفة الغربية في فلسطين، كما هدفت إلى التعرف إلى دور متغيرات الدراسة في درجة الضغوط النفسية وعلاقتها بالكفاءة الذاتية المدركة، وتكون مجتمع الدراسة من جميع معلمي المدارس الحكومية الثانوية في محافظات شمال الضفة الغربية في فلسطين، وقد بلغ عددهم (7962) معلماً ومعلمة. قامت الدراسة باختيار عينة عنقودية عشوائية، إذ تم توزيع (367) استبانة. وتشير نتائج الدراسة إلى درجة مرتفعة للكفاءة الذاتية المدركة لدى معلمي المدارس الحكومية الثانوية في محافظات شمال الضفة الغربية في فلسطين. ووجود فروق ذات دلالة إحصائية على مستوى الدلالة (0,05 ناقص) في درجة

الضغوط النفسية لدى معلمي المدارس الحكومية الثانوية في محافظات شمال الضفة الغربية في فلسطين، تعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث، سنوات الخبرة لصالح 15 سنة فأكثر والعمر لصالح من أعمارهم من 26 إلى أقل من 36 سنة، كما يتضح من نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مستوى الدلالة (0,05 ناقص) في درجة الكفاءة الذاتية لدى معلمي المدارس الحكومية الثانوية في محافظات شمال الضفة الغربية في فلسطين تعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث، المؤهل العلمي لصالح البكالوريوس والعمر لصالح من أعمارهم من 26 إلى أقل من 36. وبناء على نتائج الدراسة، تم اقتراح التوصيات مثل عقد الدورات التدريبية والتأهيلية، والتركيز على رفع قدراتهم على تحمل الضغوط النفسية التي تواجههم في عملهم، وضرورة العمل على رفع قدرة المعلم على التعامل مع الضغوط النفسية وقدرته على التوافق الناجح وتحمل الإحباط وبذل جهد أكبر.

خلاصة الدراسات السابقة:

وبعد استعراض الباحثين للدراسات السابقة وبالأخص دراسات المحور الثالث يتضح أنها تتفق مع الدراسة الحالية من حيث موضوعها العام (الكفاءة الذاتية والضغوط النفسية)، إذ أكدت دراسة المحور الثالث على ضرورة العمل على رفع الكفاءة الذاتية المدركة لدى المعلمين. وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق تعزى لمتغير المؤهل والجنس والعمر.

إذ تشابهت هذه الدراسة مع دراسة المحور الثالث في الموضوع، مع اختلافها في متغيراتها وعينتها ومكان تطبيقها، فالدراسة الحالية تبحث في التعرف على مستوى الكفاءة الذاتية و أثرها على الضغوط النفسية عند عينة من طالبات قسم رياض الأطفال ومكان تطبيقها كلية البنات بجامعة حضرموت. وبحسب علم الباحثين أنها أول دراسة تطبق في هذا المجتمع بالجمهورية اليمنية. وقد استخدمت في هذه الدراسة مقياسي الكفاءة الذاتية والضغوط النفسية للباحث أحمد الشوا. وقد استفادت الدراسة الحالية من الدراسات السابقة في الآتي:

- تبلور فكرة الموضوع، فقد أسهمت الدراسات السابقة في إعطاء تصور كامل لدى الباحثين عن الكفاءة الذاتية والضغوط النفسية.
- اختيار أدوات الدراسة، استفادت الباحثان من الدراسات السابقة في تحديد الأداة المستخدمة في الدراسة الحالية، وتحديد طرق استخدامها، وتحديد الوسائل الإحصائية المناسبة للدراسة.
- إثراء الإطار النظري، استعانت الباحثان باقتباسات من الدراسات السابقة لتعطي قيمة إضافية للدراسة الحالية.

واختلفت بعض الدراسات في تناولها للموضوع في المحورين الأول والثاني، إذ أشارت الدراسات السابقة في المحور الأول إلى الكفاءة الذاتية وعلاقتها بجوانب مختلفة كالقلق وحل المشكلات والتكيف المدرسي والتفكير الناقد والمهويين والتوافق النفسي، وأيضاً عينات مختلفة مثل دراسة الجمهورية والظفري (2018) والسمار (2017) والعيسان (2017).

أما دراسات المحور الثاني فقد أوضحت أثر الضغوط النفسية على التفاؤل والتحصيل الدراسي وتقدير الذات وأساليب المعاملة الوالدية. كما هو موضح في دراسة عسيري (2021) وغضبان وعميرة وفرطاس (2020) وعبد الحق وعوادي (2019)، وأظهرت الدراسات تباين أثر الجنس أو الحالة الثقافية والاقتصادية والاجتماعية والمؤهل في تأثير كل من الضغوط النفسية والكفاءة الذاتية عليها.

أما دراسات المحور الثالث فقد ارتبطت هذه الدراسات بالدراسة الحالية المتمثلة بالمتغيرات الكفاءة الذاتية والضغوط النفسية حيث تشابهت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة بهذا المحور من حيث العينة والأدوات. كما هو موضح في دراسة السلطاني (2016) وعيد (2017) وسليمان (2021)، واختلفت من حيث العينة كما في دراسة أبو علي ومحاميد (2015)، وأظهرت الدراسات تباين أثر الجنس أو الحالة الثقافية والاقتصادية والاجتماعية والمؤهل في تأثير كل من الضغوط النفسية والكفاءة الذاتية عليها.

الفصل الثالث: الطريقة والإجراءات

أولاً: منهج الدراسة:

اعتمدت الباحثتان في إجراءات هذا البحث على المنهج الوصفي كطريقة لجمع المعلومات لملاءمته لأغراض الدراسة.

ثانياً: مجتمع الدراسة وعينته:

مجتمع الدراسة:

شمل مجتمع الدراسة جميع الطالبات الملتحقات بقسم رياض الأطفال بكلية البنات التابعة لجامعة حضرموت المكلا في جميع المستويات الأربعة، ووفقاً لإحصائيات القبول والتسجيل بالكلية فقد تبين أن مجتمع البحث يتكون من (156) طالبة موزعين على النحو الموضح في الجدول (1).

جدول (1): توزيع مجتمع الدراسة تبعاً للمستوى

العدد	المستوى
60	الأول
43	الثاني
32	الثالث
21	الرابع
156	الإجمالي

عينة الدراسة:

قامت الباحثتان باختيار عينة الدراسة بطريقة طبقية من المستويات الأربعة بقسم رياض الأطفال كما هو موضح في الجدول الآتي:

جدول (2): توزيع عينة الدراسة تبعًا للمستوى

النسبة من المجتمع الأصلي	العدد	المستوى
60	14	الأول
43	15	الثاني
32	14	الثالث
21	8	الرابع
156	51	الإجمالي

ثالثًا: أداة الدراسة:

لتحقيق هدف الدراسة قامت الباحثتان بحساب كلٍ من:

أولًا: دلالات الصدق والثبات لمقياس الكفاءة الذاتية والضغط النفسية**صدق المقياس:**

تم التأكد من صدق أداة الدراسة بواسطة نوعين من أنواع الصدق، وهما صدق المحتوى والصدق البنائي.

صدق المحتوى:

تم التحقق من صدق المقياس من خلال صدق المحكمين؛ حيث تم عرض المقياس على عدد (5) محكمين من المتخصصين بالقسم من لهم إسهامات بحثية وعلمية بجامعة حضرموت ملحق رقم (1)، وتم الاستفادة من مقترحاتهم وآرائهم في تحديد مدى وضوح فقرات المقياسين ودقته ملحق رقم (2)، ومدى الارتباط في انتماء الفقرات للمقياس من عدمه وإضافة أو تعديل بعض الفقرات ومناسبتها لأهداف الدراسة، وتم الاعتماد على محك نسبة الاتفاق (75%) للإبقاء على الفقرة. وتم إجراء ما يلزم من حذف وتعديل وإضافة في ضوء مقترحاتهم.

الصدق البنائي:

للتأكد من فاعلية فقرات المقياسين تم التحقق من توفر الصدق البنائي (Construct validity) ، وتم ذلك عن طريق تطبيق المقياسين في شكلهما النهائي على عينة مكونة من (35) مستهدفًا من خارج العينة

الأصلية، وتحليل نتائج الاستجابات، كانت النتائج كما هو موضح في ملحق رقم (3) لفقرات استبيان الكفاءة الذاتية، والنتائج الموضحة في الملحق رقم (4) لفقرات استبيان الضغط النفسي. حيث تشير نتائج الملحق (3) إلى أن جميع قيم معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لمقياس الكفاءة الذاتية دالة إحصائياً، فقد بلغ أعلى معامل ارتباط (0.771^{**}) عند مستوى دلالة $\alpha = 0.01$ ، وأقل معامل ارتباط (0.290^*) عند مستوى دلالة $\alpha = 0.05$. مما يعني أن جميع فقرات مقياس الكفاءة الذاتية تتمتع بفاعلية عالية وتقيس ما وضعت من أجله. وهذا يشير إلى أن جميع فقرات المقياس تتمتع بدرجة صدق عالية.

تشير نتائج الملحق رقم (4) إلى أن جميع قيم معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية دالة إحصائياً، فقد بلغ أعلى معامل ارتباط (0.771^{**}) عند مستوى دلالة $\alpha = 0.01$ ، وأقل معامل ارتباط (0.290^*) عند مستوى دلالة $\alpha = 0.05$. مما يعني أن جميع فقرات مقياس الضغوط النفسية تتمتع بفاعلية عالية وتقيس ما وضعت من أجله. وهذا يشير إلى أن جميع فقرات المقياس تتمتع بدرجة صدق عالية.

ثبات مقياسي الكفاءة الذاتية والضغوط النفسية:

تم التحقق من ثبات مقياسي الكفاءة الذاتية والضغوط النفسية من خلال حساب معامل الاتساق الداخلي باستخدام معامل ألفا كرومباخ، وأيضاً من خلال معامل ثبات التجزئة النصفية. وتم ذلك عن طريق تطبيق المقياس في شكله النهائي على عينة مكونة من (35) مستهدفاً من خارج العينة الأصلية، وتحليل نتائج الاستجابات على مستوى جميع الفقرات، كانت النتائج كما يوضحها الجدول رقم (4) على النحو الآتي:

جدول رقم (3)

قيمة معامل ألفا ل(كرومباخ) ومعامل التجزئة النصفية لثبات مقياس الكفاءة الذاتية

م	البيان	عدد الفقرات	معامل الثبات الاتساق الداخلي	معامل ثبات التجزئة النصفية
1	فقرات مقياس الكفاءة الذاتية	40	0.95	0.93
2	فقرات مقياس الضغوط النفسية	38	0.92	0.89

يتضح من جدول (3) أن قيم معاملات الثبات جميعها قيم عالية حيث بلغت قيمة معامل الثبات للمقياس بطريقة ثبات التجانس الداخلي ألفا كرومباخ (0.95) لمقياس الكفاءة الذاتية، (0.92) لمقياس

الضغوط النفسية، في حين بلغت قيمة معامل الثبات لمقياس الكفاءة الذاتية بواسطة معامل التجزئة النصفية (0.93)، وهي قيم مرتفعة. وبلغت قيمة معامل الثبات لمقياس الضغوط النفسية بواسطة معامل التجزئة النصفية (0.89)، وهي قيم مرتفعة. وهذه النتائج تؤكد صلاحية المقياسين على عينة الدراسة الأصلية. وبذلك يكون قد تم التأكد من صدق المقياسين وثباتها مما يجعلنا على ثقة تامة بصحته وصلاحيته لجمع بيانات الدراسة وتحليلها والإجابة عن أسئلة الدراسة.

رابعًا: إجراءات تطبيق الدراسة:

1. الاطلاع على الأدب النظري والدراسات السابقة لإعداد أداة الدراسة.
2. حساب الصدق وثبات المقياسين وذلك بعرضها على عدد من المحكمين المتخصصين.
4. تم تطبيق الأداة بصورتها النهائية على الطالبات بتاريخ 2022/3/28
5. تم تفرغ البيانات وتحليل النتائج باستخدام برنامج التحليل الإحصائي (SPSS Version no.25).

خامسًا: المعالجات الإحصائية:

تم إجراء التحليل الإحصائي لاستجابات أفراد عينة الدراسة باستخدام الأساليب الإحصائية الآتية:

- 1- معامل ارتباط بيرسون.
 - 2- إجراء اختبار الثبات لعبارات الأداة المستخدمة.
 - 3- المتوسط الحسابي والوزن النسبي لترتيب أفراد عينة الدراسة.
 - 4- الانحراف المعياري لقياس تجانس درجات أفراد الدراسة.
- معامل الارتباط البسيط لقياس العلاقة بين الكفاءة الذاتية و الضغوط النفسية.

الفصل الرابع:

نتائج الدراسة ومناقشتها:

يستعرض هذا الفصل نتائج التحليل الإحصائي لأسئلة الدراسة؛ وذلك من خلال عرض إجابات عينة الدراسة وتحليلها على مقياسي الكفاءة الذاتية والضغوط النفسية، والمتمثلة في المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، والأهمية النسبية، لمعرفة مستوى الكفاءة الذاتية والضغوط النفسية لدى طالبات رياض الأطفال في كلية البنات جامعة حضرموت. كما تم استخدام معامل ارتباط بيرسون لقياس العلاقة بين مستوى الكفاءة الذاتية والضغوط النفسية لدى طالبات رياض الأطفال بكلية البنات.

أولاً: محكات الحكم على النتائج:

لمعايرة النتائج والحكم عليها، ومقارنتها بدلالة (نقطة إسناد موحدة)، تم اعتماد المعيار الإحصائي الآتي لتفسير إجابات أفراد عينة الدراسة على مقياسي الكفاءة الذاتية والضغوط النفسية وذلك على النحو الموضح التالي:

محكات الحكم على نتائج استجابات عينة الدراسة على مقياسي الكفاءة الذاتية والضغوط النفسية اعتمدت الباحثان في تفسير استجابات أفراد عينة الدراسة على مقياسي الكفاءة الذاتية والضغوط النفسية بناءً على قيم المتوسطات الحسابية معادلة طول الفئة والتي تقضي بقياس مستوى الكفاءة الذاتية والضغوط النفسية لدى طالبات رياض الأطفال بكلية البنات، والذي تم احتسابه وفقاً للمعادلة الآتية:

$$\text{طول الفئة} = \frac{\text{المدى (الحد الأعلى - الحد الأدنى)}}{\text{أكبر قيمة في المقياس (الحد الأعلى)}}$$

$$0,8 = \frac{4}{5} = \frac{1-5}{5} = \text{إدًا طول الفئة}$$

وبناءً على ذلك تكون قيم المتوسطات الحسابية ومستوياتها، حسب الجدول رقم (4)

جدول رقم (4)

قيم المتوسطات الحسابية ومستوياتها لمقياسي الكفاءة الذاتية والضغوط النفسية

مستويات المتوسطات الحسابية	درجات الموافقة	قيم المتوسطات الحسابية
منخفضة جداً	درجة قليلة جداً	من 1 إلى 1.80
منخفضة	درجة قليلة	من 1.81 إلى 2.60
متوسطة	درجة متوسطة	من 2.61 إلى 3.40
عالية	درجة كبيرة	من 3.41 إلى 4.20
عالية جداً	درجة كبيرة جداً	من 4.21 إلى 5

المصدر: إعداد الباحثين بناءً على معادلة تطبيق طول الفئة.

ثانياً: الإجابة عن أسئلة الدراسة:

السؤال الأول: ما مستوى الكفاءة الذاتية لدى طالبات قسم رياض الأطفال بكلية البنات من وجهة نظرهن؟".

للإجابة عن هذا التساؤل الأول للدراسة تم احتساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية لا استجابات أفراد عينة الدراسة على فقرات مقياس الكفاءة الذاتية منفردة وإجمالي فقرات المقياس بصورة مجمعة، وقد جاءت النتائج كما يبينها الجدول الآتي:

جدول رقم (5): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية لاستجابات أفراد

عينة الدراسة عن فقرات مقياس الكفاءة الذاتية

رقم الفقرة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الأهمية النسبية %	الترتيب	مستوى الاستجابة	رقم الفقرة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الأهمية النسبية %	الترتيب	مستوى الاستجابة
1.	4.36	0.85	87.2	2	عالية جدًا	21	4.22	0.79	84.4	4	عالية جدًا
2.	4.36	0.66	87.2	2	عالية جدًا	22	3.9	0.68	78	15	عالية
3.	4.48	0.79	89.6	1	عالية جدًا	23	4.14	0.83	82.8	6	عالية
4.	4.08	0.99	81.6	9	عالية	24	3.94	1.04	78.8	14	عالية
5.	4.06	0.96	81.2	10	عالية	25	3.26	1.01	65.2	22	عالية
6.	4.18	0.96	83.6	5	عالية	26	4.02	1.06	80.4	12	عالية
7.	4.3	0.93	86	3	عالية جدًا	27	3.72	0.93	74.4	9	عالية
8.	4	0.99	80	13	عالية	28	4.18	0.94	83.6	5	عالية
9.	3.28	1.11	65.6	21	متوسطة	29	4.02	1.04	80.4	12	عالية
10.	3.96	1.03	79.2	14	عالية	30	2.94	1.22	58.8	26	متوسطة
11.	4.1	0.93	82	8	عالية	31	3.02	1.08	60.4	24	متوسطة
12.	4.12	0.96	82.4	7	عالية	32	3.14	0.99	62.8	23	متوسطة
13.	3.78	1.27	75.6	17	عالية	33	3.96	1.12	79.2	14	عالية
14.	4.08	0.97	81.6	9	عالية	34	4.02	1.12	80.4	12	عالية
15.	4.04	1.05	80.8	11	عالية	35	3.76	0.96	75.2	18	عالية
16.	4.18	0.75	83.6	5	عالية	36	4.02	1.1	80.4	12	عالية
17.	1.88	1.24	37.6	25	منخفضة	37	2.98	1.41	59.6	24	متوسطة
18.	3.58	1.11	71.6	20	عالية	38	4.06	1.04	81.2	10	عالية
19.	4.08	0.8	81.6	9	عالية	39	3.94	1.15	78.8	15	عالية
20.	3.88	0.92	77.6	16	عالية	40	4.1	0.99	82	8	عالية
المتوسط العام	3.51	0.33	70.12		عالية						

تبين نتائج الجدول رقم (5) أنّ متوسط درجات التوافر لجميع فقرات مقياس الكفاءة الذاتية تراوحت ما بين (1.88 - 4.48) بمستويات تتراوح ما بين عالية جداً أو عالية ومتوسطة ومنخفضة، حيث كانت أعلى تلك الفقرات توافراً الفقرة (3): "بوسط حسابي عال جداً (4.48)، وانحراف معياري (0.79) يشير إلى تقارب الآراء وتجانسها حول الفقرة وبوزن نسبي عال جداً (89.60%)، في حين كان أدنى تلك الفقرات انتشاراً الفقرة (17): " بوسط حسابي منخفض بلغ (1.88)، وانحراف معياري (1.24) يشير إلى تباعد الآراء وتشقتها حول الفقرة، وبوزن نسبي منخفض (37.60%).

كما يلاحظ من بيانات الجدول أنّ المتوسط العام لإجابات أفراد عينة الدراسة عن مقياس الكفاءة الذاتية كان عالياً بوسط حسابي (3.51)، وانحراف معياري بلغت قيمته (0.33) يدل على أنّ آراء الأفراد كانت متسقة ومتقاربة ومتجانسة تجاه فقرات المقياس وبوزن نسبي عال يشير إلى أنّ نسبة (70.12%) من إجمالي أفراد عينة الدراسة إذ يرون أنّ مستوى الكفاءة الذاتية لدى طالبات قسم رياض الأطفال بكلية البنات كانت بدرجة عالية.

تشير النتائج السابقة إلى أن مستوى الكفاءة الذاتية لدى طالبات قسم رياض الأطفال بكلية البنات من وجهة نظرهن كانت بدرجة عالية. وتعزى هذه النتيجة إلى تمسك الطالبات بالوزن الديني وأيضاً تقويم الطالبات بشكل دوري من قبل أعضاء الهيئة التدريسية أثناء التطبيق العملي والاعتماد على النتيجة نفسها للأوضاع السائدة في البلاد مما زاد من كفاءتهن الذاتية.

السؤال الثاني: ما مستوى الضغوط النفسية لدى طالبات قسم رياض الأطفال بكلية البنات من وجهة نظرهن؟

للإجابة عن هذا التساؤل الثاني للدراسة تم احتساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية لاستجابات أفراد عينة الدراسة على فقرات مقياس الضغوط النفسية منفردة وإجمالي فقرات المقياس بصورة مجتمعة، وقد جاءت النتائج كما يبينها الجدول الآتي:

جدول رقم (6): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية لاستجابات أفراد

عينة الدراسة عن فقرات مقياس الكفاءة الذاتية

رقم الفقرة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الأهمية النسبية %	الترتيب	مستوى الاستجابة	رقم الفقرة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الأهمية النسبية %	الترتيب	مستوى الاستجابة
1	3.02	1.38	60.4	9	متوسطة	21	2.22	1.37	44.4	24	منخفضة
2	2.76	1.1	55.2	12	متوسطة	22	1.9	1.16	38	27	منخفضة
3	2.40	1.07	48	21	منخفضة	23	2.04	1.21	40.8	26	منخفضة
4	2.46	1.11	49.2	19	منخفضة	24	1.46	0.73	29.2	30	منخفضة جداً

رقم الفقرة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الأهمية النسبية %	الترتيب	مستوى الاستجابة	رقم الفقرة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الأهمية النسبية %	الترتيب	مستوى الاستجابة
5	2.74	1.27	54.8	13	متوسطة	25	2.68	1.3	53.6	15	متوسطة
6	3.5	1.23	70	1	عالية	26	3.1	1.53	62	8	متوسطة
7	2.76	1.25	55.2	12	متوسطة	27	3.34	1.33	66.8	3	متوسطة
8	2.32	1.2	46.4	22	منخفضة	28	3.34	1.08	66.8	3	متوسطة
9	3.24	1.49	64.8	5	متوسطة	29	2.58	1.3	51.6	17	منخفضة
10	3.12	1.32	62.4	7		30	2.6	1.09	52	16	منخفضة
11	2.72	1.23	54.4	14	متوسطة	31	1.64	0.96	32.8	29	منخفضة جداً
12	3.16	1.22	63.2	6	متوسطة	32	2.46	1.3	49.2	19	منخفضة
13	1.8	1.09	36	28	منخفضة جداً	33	3.3	1.23	66	4	متوسطة
14	2.6	1.18	52	16	منخفضة	34	2.08	1.24	41.6	25	منخفضة
15	2.48	1.49	49.6	18	منخفضة	35	2.42	1.03	48.4	20	منخفضة
16	3.42	1.36	68.4	2	منخفضة جداً	36	2.24	1.3	44.8	23	منخفضة
17	2.82	1.26	56.4	12	منخفضة	37	2.6	1.26	52	16	منخفضة
18	2.6	1.12	52	16	منخفضة	38	2.88	1.3	57.6	11	متوسطة
19	2.9	1.28	58	10	متوسطة						
20	2.32	1.3	46.4	22	منخفضة						
المتوسط العام	2.63	0.63	52.64		متوسطة						

تبين نتائج الجدول رقم (6) أنّ متوسط درجات التوافر لجميع فقرات مقياس الضغوط النفسية تراوحت بين (1.46 - 3.50) بمستويات تتراوح ما بين عالية ومتوسطة ومنخفضة، حيث كانت أعلى تلك الفقرات توافراً الفقرة (6): "بوسط حسابي عال (3.50)، وانحراف معياري (1.23) يشير إلى تباعد الآراء وتشتتها حول الفقرة وبوزن نسبي عال (70%)، في حين أدنى تلك الفقرات انتشاراً الفقرة (24): "" بوسط حسابي منخفض جداً بلغ (1.46)، وانحراف معياري (0.73) يشير إلى تقارب الآراء وتجانسها حول الفقرة، وبوزن نسبي منخفض جداً (29.20%)."

كما يلاحظ من بيانات الجدول أنّ المتوسط العام لإجابات أفراد عينة الدراسة عن مقياس الضغوط النفسية كان متوسطاً بوسط حسابي (2.63)، وانحراف معياري بلغت قيمته (0.63) يدل على أنّ آراء الأفراد كانت متسقة ومتقاربة ومتجانسة تجاه فقرات المقياس وبوزن نسبي عال يشير إلى أنّ نسبة (52.64%) من إجمالي أفراد عينة الدراسة يرون أنّ مستوى الضغوط النفسية لدى طالبات قسم رياض الأطفال بكلية البنات كانت بدرجة متوسطة.

تشير النتائج السابقة إلى أن مستوى الضغوط النفسية لدى طالبات قسم رياض الأطفال بكلية البنات من وجهة نظرهن كانت بدرجة متوسطة. وتعزى هذه النتيجة إلى العوامل البيئية والاجتماعية والاقتصادية التي تمر بها البلاد وأيضًا المستقبل الوظيفي وما يؤول إليه المجتمع من مشاكل سياسية واقتصادية ترمي بأثرها في الطالبات.

السؤال الثالث: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha=0.05$) في مستوى الضغوط النفسية لدى طالبات قسم رياض الأطفال بكلية البنات تعزى لمتغير المستوى الدراسي؟ لفحص متغير المستوى الدراسي، وما إذا كانت توجد فروق ذات دلالة إحصائية في استجابة أفراد العينة أم لا، قامت الباحثتان باستخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) بين أكثر من فئتين، وقد أظهرت نتائج في الجدول رقم (7).

جدول رقم (7): نتائج اختبار (F) لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطي إجابات أفراد عينة الدراسة حول مستوى الضغوط النفسية لدى طالبات قسم رياض الأطفال بكلية البنات تعزى لمتغير المستوى الدراسي

المتغير	الفئات	العينة	المتوسط الحسابي	المعياري الانحراف	المتوسط الحسابية	قيمة F	الدلالة F مستوى	الإحصائية النتيجة
المستوى الدراسي	المستوى الأول	13	2.88	0.66	4.840	0.005	دالة	
	المستوى الثاني	15	2.21	0.45				
	المستوى الثالث	14	2.65	0.59				
	المستوى الرابع	8	3.00	0.54				

المصدر: بيانات الدراسة الميدانية، (2022م)، ن = 50.

أظهرت النتائج في الجدول رقم (7) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين متوسطات إجابات أفراد عينة الدراسة تجاه مستوى الضغوط النفسية لدى طالبات قسم رياض الأطفال بكلية البنات تعزى لمتغير المستوى الدراسي وذلك باختلاف مستوياتهم الدراسية، أي إنّ الطالبات اللائي في المستوى الأول، والطالبات الطالبات اللائي في المستوى الثاني، والطالبات اللائي في المستوى الثالث، والطالبات اللائي في المستوى الرابع، يختلفن في مستوى الضغوط النفسية من وجهة نظرهن، إذ كانت متوسطات إجاباتهم

مختلفة، وإن الفروق بين المتوسطات؛ هي فروق جوهرية بحسب ما أشار إليها اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA)، أي إن المستوى الدراسي له علاقة باتجاهات الطلبة و آرائها مستوى الضغوط النفسية، إذ بلغت قيمة مستوى دلالة (sig) عند $F(0.005)$ وهي أصغر من مستوى الدلالة المعتمد في هذه الدراسة (0.05).

وللكشف عن اتجاه الفروق في مستوى الضغوط النفسية لدى طالبات قسم رياض الأطفال بكلية البنات تعزى لمتغير المستوى الدراسي، تم استخدام المقارنات البعدية اختبار أقل مربع الفرق (LCD) والجدول (8) يبين النتائج:

جدول (8) : نتائج اختبار (LCD) أقل مربع فرق للمقارنات البعدية للكشف عن اتجاه الفروق بين متوسطات الضغوط النفسية

التباين	الدرجة	المتوسط	المستوى الأول	المستوى الثاني	المستوى الثالث	المستوى الرابع
مستوى الضغوط النفسية	المستوى الأول	13	3.67	.67733*	.23597	-.11741
	المستوى الثاني	15	3.42	-.67733*	-.44135*	-.79474*
	المستوى الثالث	14	3.48	-.23597	.44135*	-.35338
	المستوى الرابع	8	3.46	.11741	.79474*	.35338

يلاحظ في الجدول رقم (8): أن مصدر الفروق في مستوى الضغوط النفسية كانت بين طالبات المستوى الأول مقابل طالبات المستوى الثاني ولصالح طالبات المستوى الأول، كما كشفت النتائج عن مصدر الفروق بين طالبات المستوى الثالث مقابل طالبات المستوى الثاني ولصالح طالبات المستوى الثالث. وأيضاً بين طالبات المستوى الرابع مقابل طالبات المستوى الثاني ولصالح طالبات المستوى الرابع.

وبناء على النتائج السابقة فإن الإجابة عن السؤال الثالث هي: توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) في مستوى الضغوط النفسية لدى طالبات لدى طالبات قسم رياض الأطفال بكلية البنات تعزى لمتغير المستوى الدراسي. حيث كشفت النتائج عن أن مستوى الضغوط النفسية عند

طالبات المستوى الأول والثالث والرابع أعلى من طالبات المستوى الثاني. وتعزى هذه النتيجة إلى اعتقاد الباحثين أن الطالبات في المستوى الأول زاد مستوى الضغوط النفسية بسبب أن مرحلة الجامعة تختلف عن مراحل التعليم السابقة التي مررن بها من حيث المناهج والمقررات وطبيعة النظام في الجامعة. أما طالبات المستوى الثالث فكان مستوى الضغوط النفسية لديهن مرتفعاً بسبب إقبالهن على سنة التخرج والتوترات الناتجة عن قلق المستقبل الذي سيواجههن بعد التخرج.

السؤال الرابع: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($0.05 = \alpha$) في مستوى الكفاءة الذاتية لدى طالبات قسم رياض الأطفال بكلية البنات تعزى لمتغير المستوى الدراسي؟. لفحص متغير المستوى الدراسي، وما إذا كانت توجد فروق ذات دلالة إحصائية في استجابة أفراد العينة أم لا، قامت الباحثتان باستخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) بين أكثر من فئتين، وقد أظهرت النتائج في الجدول رقم (9).

جدول رقم (9): نتائج اختبار (F) لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطات إجابات أفراد عينة الدراسة حول مستوى الكفاءة الذاتية لدى طالبات قسم رياض الأطفال بكلية البنات تعزى لمتغير المستوى الدراسي

النتيجة الإحصائية	مستوى الدلالة F	قيمة F المحسوبة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة	الفئات	المتغير
غير دالة	0.187	1.668	0.26	3.67	13	المستوى الأول	المستوى الدراسي
			0.31	3.42	15	المستوى الثاني	
			0.41	3.48	14	المستوى الثالث	
			0.25	3.46	8	المستوى الرابع	

المصدر: بيانات الدراسة الميدانية، (2022م)، ن = 50.

أظهرت النتائج في الجدول رقم (9) عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين متوسطات إجابات أفراد عينة الدراسة تجاه مستوى الكفاءة الذاتية لدى طالبات قسم رياض الأطفال بكلية البنات تعزى لمتغير المستوى الدراسي، أي إنّ الطالبات اللائي في المستوى الأول، والطالبات اللائي في المستوى الثاني، والطالبات اللائي في المستوى الثالث، والطالبات اللائي في المستوى الرابع، لا يختلفن في مستوى الكفاءة الذاتية من وجهة نظرهن، إذ كانت متوسطات إجاباتهم متقاربة، وإن وجدت بعض الفروق بين المتوسطات؛ فهي

فروق رقمية ليست جوهرية بحسب ما أشار إليها اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA)، أي إنَّ المستوى الدراسي ليس له علاقة باتجاهات الطالبات وآرائهن تجاه مستوى الكفاءة الذاتية لديهن، إذ بلغت قيمة مستوى دلالة (sig) عند $F(0.187)$ وهي أكبر من مستوى الدلالة المعتمد في هذه الدراسة (0.05).

وبناء على النتائج السابقة فإن الإجابة عن السؤال الرابع هي: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) في مستوى الكفاءة الذاتية لدى طالبات لدى طالبات قسم رياض الأطفال بكلية البنات تعزى لمتغير المستوى الدراسي. وتعزى هذه النتيجة إلى أن الطالبات يمتلكن كفاءة عالية باختلاف مستوياتهم الدراسية حيث يمكن أن تزيد من توقعاتهن الإيجابية وتأثيرهن على طلبتهن في المستقبل بشكل إيجابي كونهن واثقات من قدرتهن على تحمل المسؤولية وتدريب الأطفال وإكسابهم مهارات في المستقبل.

السؤال الخامس: هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($0.05=\alpha$) بين مستوى الكفاءة الذاتية ومستوى الضغوط النفسية لدى طالبات قسم رياض الأطفال بكلية البنات؟

للإجابة عن السؤال الخامس استخدمت الدراسة معامل الارتباط البسيط لحساب العلاقة الارتباطية بين مستوى الكفاءة الذاتية ومستوى الضغوط النفسية لدى طالبات قسم رياض الأطفال بكلية البنات عند مستوى دلالة ($0.05=\alpha$). والجدول (10) يوضح النتائج التي أسفرت عنها المعالجات الإحصائية: جدول (10): معامل الارتباط البسيط ومستوى دلالتها الإحصائية بين مستوى الكفاءة الذاتية ومستوى الضغوط النفسية لدى طالبات قسم رياض الأطفال بكلية البنات

المتغير الأول	المتغير الثاني	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
الكفاءة الذاتية	الضغوط النفسية	0.157	0.276

المصدر: بيانات الدراسة الميدانية، (2022م)، ن = 50

يتبين من الجدول (10) أنه لا توجد علاقة دالة إحصائية عند ($0.05=\alpha$) بين مستوى الكفاءة الذاتية ومستوى الضغوط النفسية لدى طالبات قسم رياض الأطفال بكلية البنات، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط (0.157) وهي قيمة متدنية وغير دالة إحصائية عند مستوى الدلالة المحدد في هذه الدراسة ($0.05=\alpha$).

وبناء على النتائج السابقة فإن الإجابة عن السؤال الخامس هي: لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($0.05=\alpha$) بين مستوى الكفاءة الذاتية ومستوى الضغوط النفسية لدى طالبات قسم رياض

الأطفال بكلية البنات. وتعزى هذه النتيجة إلى لأن الكفاءة عالية بسبب خضوعهن للتدريب أثناء التطبيق العملي لأغلب المواد الدراسية النظرية الأمر الذي زاد من كفاءتهن و قلل من أثر الضغط النفسي لديهن.

الاستنتاجات:

أوضحت النتائج أن مستوى الضغوط النفسية كان متوسطاً على الرغم من أن المستوى الملاحظ من الضغوط النفسية لدى الطالبات عالٍ وذلك يرجع لما تمر به الطالبات من ظروف متمثلة بغلاء المعيشة وارتفاع أسعار المواصلات وغيرها، أما بالنسبة للكفاءة الذاتية فقد أوضحت النتائج أن الطالبات يمتلكن كفاءة ذاتية عالية باختلاف مستويتهن الدراسية حيث يمكن أن يؤثر ذلك بشكل إيجابي في طلبتهن في المستقبل كونهن واثقات من قدرتهن على تحمل المسؤولية وتدريب الأطفال وإكسابهم مهارات من شأنها تجعلهم قادرين على تحمل المسؤولية.

التوصيات:

بناء على نتائج الدراسة توصي الباحثات بالآتي:

1. ضرورة العمل على رفع الكفاءة الذاتية المدركة لدى الطلبة والطالبات في جامعة حضرموت عن طريق عقد دورات تدريبية متخصصة بذلك.
2. ضرورة العمل على رفع مستوى التعامل مع الضغوط النفسية لدى الطلبة والطالبات في جامعة حضرموت من اجل مواجهة صعوبات الحياة.
3. ضرورة تقويم الكفاءة الذاتية للطلبة بشكل دوري من أجل تحسين مستوى الأداة.
4. المشاركة في المؤتمرات والندوات الخاصة بالكفاءة الذاتية والضغوط النفسية.

المقترحات:

تقترح الدراسة إجراء دراسات لاحقة في ضوء النتائج:

1. إجراء دراسة تقيس الفروق في مستوى الكفاءة الذاتية بين الطلبة والطالبات في جامعة حضرموت.
2. القيام بدراسة الكفاءة الذاتية الأكاديمية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي في كلية البنات بجامعة حضرموت.

أولاً: المراجع:

- أبو علام، رجاء محمود. (2004). التعلم أسسه وتطبيقاته، دار المسيرة للنشر والتوزيع، القاهرة.
- أبو علي، مروة حسن مصطفى ومحاميد، فايز عزيز محمد. (2015). درجة الضغوط النفسية وعلاقتها بالكفاءة الذاتية المدركة لدى معلمي المدارس الحكومية الثانوية في محافظات شمال الضفة الغربية في فلسطين، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة النجاح، فلسطين.
- أبو غالي، عطف محمود. (2012).فاعلية الذات وعلاقتها بضعوط الحياة لدى الطالبات المتزوجات في جامعة الأقصى، ط20، مجلة الجامعة التربوية النفسية. جامعة الأقصى، ط1، المجلة العربية الإسلامية، فلسطين.
- أبو هاشم، السيد محمد. (1990) اثر الاغدية الراجعة على فاعلية الذات، رسالة ماجستير غير منشورة، القاهرة.
- بالحسيني، ورد وحدان ابتسام.(بدون). الكفاءة الذاتية المفهوم والبناء النظري، جامعة ورقله، الجزائر.
- بيرغ، ناتالي.(2004).إسرار السيرة على الضغوط الحياتية،الدار العربية للعلوم، بيروت.
- جابر، جابر عبد الحميد. (1986).نظرية الشخصية البناء الديناميات النمو طرق البحث، رسالة ماجستير غير منشورة.
- جاسم، محمد.(2004).نظريات التعلم،رسالة ماجستير غير منشورة،دار الثقافة للنشر والتوزيع،ط1،عمان.
- الجمهورية، فاطمة بنت سعيد و الظفري،سعيد بن سليمان.(2017).علاقة الكفاءة الذاتية الأكاديمية بالتوافق النفسي لدى طلبة الصفوف من 7- 12 في سلطنة عمان، رسالة ماجستير غير منشوره، عمان.
- حسن، هدى جعفر. (2006) التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بضعوط العمل والرضا عن العمل، مجلة دراسات نفسية، الكويت.
- الخواجة، عبد الفتاح.(2010). أساليب الإرشاد النفسي،ط1، دار البداية، القاهرة.
- الزيات،فتححي مصطفى.(2016). البنية العاملة للكفاءة الذاتية الأكاديمية ومحدداتها،رسالة ماجستير غير منشورة، القاهرة.
- السعدي،محمد.(2012)، تطور الهوية النفسية وعلاقتها بتوقعات الكفاءة الذاتية لدى الطلبة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عمان، عمان.
- السلطاني، حوراء عباس كرماش.(2016). الكفاءة الذاتية الاكاديمية المدركة لدى طلبة كلية التربية الاساسية في جامعة بابل، رسالة ماجستير غير منشورة، العراق.
- سليمان، سارة رافع فيصل.(2021). الكفاءة الذاتية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة الموصل، رسالة ماجستير غير منشورة، العراق.
- سمار، ميادة أمين يوسف.(2017). الكفاءة الذاتية المدركة ومستوى التفكير الناقد وعلاقتها بمدى اتقان مهارة التعميم الرياضي خارج الصف لدى طلبة الصف العاشر بالمدارس الحكومية في مدينة نابلس،رسالة ماجستير غير منشورة،فلسطين.
- الشمري،عبدالرحمن.(2014). الكفاءة الذاتية الأكاديمية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى الطلبة الموهوبين بمحافظة القنفذة، رسالة ماجستير غير منشورة،جامعة الباحه،السعودية.
- شيخاني، سمير.(2003). الضغط النفسي، دار الفكر العربي، بيروت.
- الظاهر، خالد شاكرا.(2004). الكفاءة الذاتية المدركة وعلاقتها بالممارسات الوالدية الداعمة (رسالة ماجستير غير منشورة،الجامعة الأردنية،عمان.

- عبد الحق، بن ضيف الله وريمه، عوادي. (2019). الضغط النفسي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ البكالوريوس رسالة، ماجستير غير منشورة، الجزائر.
- عبد السلام، فاروق سيد منير، سمرة، سيد العزازي، محمد، السيد صديق. (2013). مقياس الضغوط النفسية لطلاب الجامعة مصريين ووافدين، ط3، مجلة العلوم العربية.
- العرسان، سامر رافع. (2015). الكفاءة الذاتية ومهارة حل المشكلات لدى طلبة جامعة حائل والعلاقة بينهما في ضوء بعض المتغيرات، رسالة ماجستير غير منشورة، السعودية.
- عرنكي، رغدة ميشيل اليأس والسبيله، أمل مطلب والشمايله، نسرین بحجة عبد الرزاق والجعافرة. (2016). الكفاءة الذاتية المدركة لدى معلمي الطلبة الموهوبين في مدرسة البيوبيل في الأردن في ضوء بعض المتغيرات، رسالة ماجستير غير منشورة.
- العزب، محمد سامح. (2004). الأنشطة المدرسية وعلاقتها بالكفاءة الذاتية لدى تلاميذ الصف الإعدادي، رسالة ماجستير غير منشورة.
- عسكر، علي. (2000). ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها في الصحة النفسية في عصر التوتر والقلق، دار الكتاب الحديث، ط2، الكويت.
- عسيري، علي محمد معدي. (2021). الضغوط النفسية وعلاقتها ب أساليب المعاملة الوالدية وتحقق الذات لدى عينة من الطلاب في التخصصات الإدارية والإنسانية، المجلة العربية للنشر العلمي، السعودية.
- عمرو، فادي يوسف عبدالله. (2012). الكفاءة الذاتية لدى معلمي العلوم وعلاقتها بفهمهم لطبيعة العلم في المرحلة الأساسية الدنيا من وجهة نظرهم، رسالة ماجستير غير منشورة، فلسطين.
- عيد، أسماء محمد. (2017). الكفاءة الذاتية المدركة وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى الطالبات المعلمات بقسم تربية الطفل بكلية التربية بالوادي الجديد، مجلة المعرفة التربوية 5 (10)، 266-307
- غضبان، أسماء وعميرة، مريم وفرطاس، رانيا وعميروش، الشريفة. (2020). الضغوط النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير غير منشورة، الجزائر.
- مبارك ميدون، وأبي مولود، عبد الفتاح. (2014). الكفاءة الذاتية وعلاقتها بالتوافق الدراسي لدى عينة من تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة قاصدي مرباح، الجزائر.
- النادر، محمد هيثم و بشير، أحمد العلوان ومحمد، خالد القضاة. (2014). مصادر الضغط النفسي لدى طلبة كلية التربية الرياضية وطلبة كليات أخرى في كل من جامعة مؤتة وجامعة البلقاء وعلاقتها ببعض المتغيرات، مجلة دراسات العلوم التربوية، الأردن.
- نيفين، عبدالرحمن. (2011). قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح الأكاديمي لدى عينة من طلبة الأزهر بغزة، رسالة ماجستير غير منشورة، فلسطين.
- هلال، محمد عبد الغني. (2006). مهارات إدارة الضغوط، ط2، مركز تطوير الأداة والتنمية، مصر.

الملاحق

ملحق (1)

قائمة بأسماء المحكمين لأداة الدراسة

م	الاسم	الدرجة العلمية	الجامعة	التخصص
1	انتصار علي باصرة	أستاذ مشارك	جامعة حضرموت	مناهج وطرائق التدريس
2	نوال محفوظ مرعي	أستاذ مشارك	جامعة حضرموت	التعلم والنمو
3	أروى عبدالله باعويضان	أستاذ مساعد	جامعة حضرموت	علم النفس التربوي
4	عبير محمد العماري	أستاذ مساعد	جامعة حضرموت	مناهج وطرائق التدريس
5	رحاب البطاطي	ماجستير	جامعة حضرموت	رياض الأطفال

ملحق (2)

استبانة الكفاءة الذاتية

م	فقرات مقياس الكفاءة الذاتية	دائمًا	أحيانًا	نادرًا	م	فقرات مقياس الكفاءة الذاتية	دائمًا	أحيانًا	نادرًا
1.	أستمتع بالعمل مع الآخرين وأتعاون معهم				21	أشارك أصدقائي والأطفال الآخرين في نشاطاتهم وأعاجم			
2.	الناس من حولي يحترموني				22	أصدقائي يحبوني ولا يغيظون مني			
3.	أعتقد أنني إنسان طيب ولطيف				23	أتحمل المتاعب مهما كانت كبيرة إذا كانت تساعدني في إتمام المطلوب مني			
4.	أصدقائي معجبون بي				24	إذا وضعت فكري في عمل ما فلا شيء يوقفني عن إتمامه			
5.	علاقتي مع أقاربي حميمة				25	أحمي واجباتي المدرسية بسهولة وسرعة			
6.	إذا لم أستطع النجاح في عمل، فأنتي ابذل مزيدًا من الجهد				26	أشعر إن الناس يسخرون مني عندما أتعامل معهم			
7.	لدي ثقة عالية بنفسني وقدراتي				27	أعتقد أنني قادر على عمل أي شيء			

م	فقرات مقياس الكفاية الذاتية	دائمًا	أحيانًا	نادرًا	م	فقرات مقياس الكفاية الذاتية	دائمًا	أحيانًا	نادرًا
.8	أجيد التعامل مع الناس الآخرين				28	أعتمد على نفسي في اتخاذ القرارات المهمة			
.9	أستطيع السيطرة على مشاعري				29	عندما أغيب لا أحد يشعر بغياي			
.10	أمامي فرصة جيدة لتحقيق أهدافي				30	أستطيع التغلب على مشاعر القلق			
.11	إذا لم أنجح في عمل لأول مرة فأني أحاول عملة ثانية				31	أستطيع تجنب المواقف السيئة بسهولة			
.12	أشعر أن الذي شعبية كبيرة بين زملائي				32	أستطيع أن أفنع أي شخص بوجهة نظري			
.13	أعتقد أنني مع شخص هادئ				33	من الصعب أن أتحدث مع الآخرين			
.14	لدي مستوى معقول من الإرادة وقوة العزيمة				34	من الصعب أن أوني صداقات مع الآخرين			
.15	أسامح الآخرين عندما يسبتون إلي				35	يحدثني أصدقائي عن مشكلاتهم			
.16	أشعر أنني موضع ثقة لمن أتعامل معهم				36	أشعر بالخوف أكثر من الناس الآخرين			
.17	ألجأ إلى الكذب والتحايل إذا لم يفعل الآخرون ماأريد				37	لا أتحكم بتصرفاتي عندما أغضب			
.18	أحب المواقف التي فيها قدر كبير من التحدي				38	أجتنب المهام والوظائف الصعبة			
.19	يعتبرني أصدقائي شخصًا مهمًا بالنسبة لهم				39	أشعر أن الأشياء لا تستحق الجهد الذي أبذله من أجلها			
.20	يثق أصدقائي بقراراتي وآرائي				40	أشعر بالإحباط عندما تمر بي ظروف صحية مضطربة			

استبانة الضغوط النفسية

م	فقرات مقياس الضغوط النفسية	دائمًا	أحيانًا	نادرًا	م	فقرات مقياس الضغوط النفسية	دائمًا	أحيانًا	نادرًا
1.	أعاني من الصلع				21	أعاني من مشكلات في النوم			
2.	أجد نفسي منهكمًا بأفكار سلبية				22	أعاني من اضطرابات في الهضم			
3.	أشعر بعدم الارتياح				23	أعاني من صعوبات في التنفس			
4.	لا أستطيع الشعور بالاسترخاء				24	أعاني من ارتفاع ضغط الدم			
5.	أواجه صعوبة في التذكر				25	أنسى وضع الأشياء في مكانها المناسب			
6.	أسرح بأفكار غير مرتبطة بما أقوم به من أعمال				26	أبكي لأبسط الأسباب			
7.	أعاني من مشكلات في الانتباه				27	ألوم نفسي على أبسط الأسباب			
8.	أجد نفسي غير متحمس للقيام بالأعمال المتخلفة				28	أواجه صعوبة في اتخاذ القرارات			
9.	أشعر بعدم النوم بعد الحصول على قدر كافٍ من الراحة				29	أشعر بفقدان الشهية وعدم الرغبة في تناول الطعام			
10.	أتشتت بأفكار غير مرغوبة				30	أشعر بالإحباط عند مواجهة أبسط المشكلات			
11.	أشعر أن أعصابي مشدودة دون وجود سبب حقيقي لذلك				31	أشعر أن الآخرين ينظرون إلي نظرة دونية			
12.	أشعر بتردد عند اتخاذ قراراتي				32	أشعر أنني أفقد الدافعية للتعلم			
13.	أشعر أن حياتي بدون معنى				33	أهمل في العمل من أجل نسيان مشكلاتي الشخصية			
14.	أشعر أنني لا أملك الطاقة الكافية للقيام بواجباتي اليومية				34	أركز على الجوانب السلبية في حياتي أكثر من الإيجابية			

م	فقرات مقياس الضغوط النفسية	دائمًا	أحيانًا	نادرًا	م	فقرات مقياس الضغوط النفسية	دائمًا	أحيانًا	نادرًا
15.	أشعر بارتخاف في إطارني				35	أشعر بعدم الرضا عن أدائي الأكاديمي			
16.	تخرج مشاعري بسهولة				36	أفقد اهتمامي بالأشياء			
17.	أبالغ بردود أفعالي اتجاه مشكلات الحياة اليومية				37	أشعر بتراكم الصعوبات علي بحيث لا أستطيع تحطيتها			
18.	أشعر أنني لا أستطيع السيطرة في أموري الحياتية				38	أواجه صعوبات في التركيز			
19.	أشعر بتزايد في نبضات								
20.	أشعر بالعصبية عند سماع أبسط الأصوات								

ملحق رقم (3)

معاملات ارتباط بيرسون بين درجات كل فقرة والدرجة الكلية لمقياس الكفاءة الذاتية

م	فقرات مقياس الكفاءة الذاتية	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	م	فقرات مقياس الكفاءة الذاتية	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
1.	أستمتع بالعمل مع الآخرين وأتعاون معهم	.325*	.021	21	أشارك أصدقائي والأطفال الآخرين في نشاطاتهم وأعاجمهم	.344*	.015
2.	الناس من حولي يحترموني	.399**	.004	22	أصدقائي يحبوني ولا يغضبون مني	.290*	.041
3.	أعتقد أنني إنسان طيب ولطيف	.320*	.023	23	أتحمل المتاعب مهما كانت كبيرة إذا كانت تساعدني في إتمام المطلوب مني	.449**	.001
4.	أصدقائي معجبون بي	.662**	.000	24	إذا وضعت فكري في عمل ما، فلا شيء يوقفني عن إتمامه	.571**	.000
5.	علاقاتي مع أقاربي حميمة	.307*	.030	25	أنهي واجباتي المدرسية بسهولة وسرعة	.360*	.010
6.	إذا لم أستطع النجاح في عمل، فأني أبذل مزيدًا من الجهد	.694**	.000	26	أشعر أن الناس يستخرون مني عندما أتعامل معهم	.604**	.000

م	فقرات مقياس الكفاءة الذاتية	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	م	فقرات مقياس الكفاءة الذاتية	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
7.	لدي ثقة عالية بنفسى وقدراتى	.645**	.000	27	اعتقد أنني قادر على عمل أي شيء	.527**	.000
8.	أجيد التعامل مع الناس الآخرين	.323*	.022	28	أعتمد على نفسى في اتخاذ القرارات المهمة	.718**	.000
9.	أستطيع السيطرة على مشاعري	.486**	.000	29	عندما أغيب لا أحد يشعر بغياي	.608**	.000
10.	أمامي فرصة جيدة لتحقيق أهدائي	.552**	.000	30	أستطيع التغلب على مشاعر القلق	.475**	.000
11.	إذا لم أنجح في عمل لأول مرة فإني أحاول عمله ثانية	.771**	.000	31	أستطيع تجنب المواقف السيئة بسهولة	.466**	.001
12.	أشعر أن لدي شعبية كبيرة بين زملائي	.698**	.000	32	أستطيع أن أفنع أي شخص بوجهة نظري	.336*	.017
13.	أعتقد أنني مع شخص هادئ	.305*	.031	33	من الصعب أن أتحدث مع الآخرين	.542**	.000
14.	لدي مستوى معقول من الإرادة وقوة العزيمة	.674**	.000	34	من الصعب أن أنبي صداقات مع الآخرين	.561**	.000
15.	أسمح الآخرين عندما يسيئون إلي	.610**	.000	35	يحدثني أصدقائي عن مشكلاتهم	.333*	.018
16.	أشعر أنني موضع ثقة لمن أتعامل معهم	.464**	.001	36	أشعر بالخوف أكثر من الناس الآخرين	.587**	.000
17.	ألجأ إلى الكذب والتحايل إذا لم يفعل الآخرون ما أريد	.293*	.039	37	لا أتحكم بتصرفاتي عندما أغضب	.305*	.031
18.	أحب المواقف التي فيها قدر كبير من التحدي	.552**	.000	38	أتجنب المهام والوظائف الصعبة	.632**	.000
19.	يعتبرني أصدقائي شخصاً مهماً بالنسبة إليهم	.310*	.028	39	أشعر أن الأشياء لا تستحق الجهد الذي أبذله من أجلها	.533**	.000
20.	يثق أصدقائي بقراراتي وآرائي	.535**	.000	40	أشعر بالإحباط عندما تمر بي ظروف صحية مضطربة	.667**	.000

** الارتباط دال إحصائياً عند مستوى دلالة $\alpha=0.01$. * الارتباط دال إحصائياً عند مستوى دلالة $\alpha=0.05$.

ملحق رقم (4)

معاملات ارتباط بيرسون بين درجات كل فقرة والدرجة الكلية لمقياس

م	مقياس مقياس الضغوط النفسية	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	م	مقياس مقياس الضغوط النفسية	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
1.	أعاني من الصداع	.636**	.000	21	أعاني من مشكلات في النوم	.398**	.004
2.	أجد نفسي منهكًا بأفكار سلبية	.716**	.000	22	أعاني من اضطرابات في الهضم	.362**	.010
3.	أشعر بعدم الارتياح	.710**	.000	23	أعاني من صعوبات في التنفس	.421**	.002
4.	لا أستطيع الشعور بالاسترخاء	.691**	.000	24	أعاني من ارتفاع ضغط الدم	.266	.062
5.	أواجه صعوبة في التذكر	.518**	.000	25	أنسى وضع الأشياء في مكانها المناسب	.442**	.001
6.	أسرح بأفكار غير مرتبطة بما أقوم به من أعمال	.432**	.002	26	أبكي لأبسط الأسباب	.495**	.000
7.	أعاني من مشكلات في الانتباه	.563**	.000	27	ألوم نفسي لأبسط الأسباب	.549**	.000
8.	أجد نفسي غير متحمس للقيام بالأعمال المختلفة	.599**	.000	28	أواجه صعوبة في اتخاذ القرارات	.646**	.000
9.	أشعر بعدم النوم بعد الحصول على قدر كافٍ من الراحة	.266*	.042	29	أشعر بفقدان الشهية وعدم الرغبة بتناول الطعام	.304*	.032
10.	أتشتت بأفكار غير مرغوب فيها	.602**	.000	30	أشعر بالإحباط عند مواجهة أبسط المشكلات	.459**	.001
11.	أشعر أن أعصابي مشدودة دون وجود سبب حقيقي لذلك	.640**	.000	31	أشعر أن الآخرين ينظرون إلي نظرة دونية	.526**	.000
12.	أشعر بتردد عند اتخاذ قراراتي	.577**	.000	32	أشعر أنني أفقد الدافعية للتعلم	.451**	.001
13.	أشعر أن حياتي بدون معنى	.565**	.000	33	أهمل في العمل من أجل نسيان مشكلاتي الشخصية	.415**	.003
14.	أشعر أنني لا أملك الطاقة الكافية للقيام بواجباتي اليومية	.644**	.000	34	أركز على الجوانب السلبية في حياتي أكثر من الإيجابية	.632**	.000
15.	أشعر بارتجاف في إطارتي	.529**	.000	35	أشعر بعدم الرضا عن أدائي الأكاديمي	.519**	.000

م	مقدرات مقياس الضغوط النفسية	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	م	مقدرات مقياس الضغوط النفسية	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
.16	تجرح مشاعري بسهولة	.586**	.000	36	أفقد اهتمامي بالأشياء	.460**	.001
.17	أبالغ في ردود أفعالي اتجاه مشكلات الحياة اليومية	.310*	.029	37	أشعر بتراكم الصعوبات علي بحيث لا أستطيع تخطيها	.628**	.000
.18	أشعر أنني لا أستطيع السيطرة في أموري الحياتية	.457**	.001	38	أواجه صعوبات في التركيز	.703**	.000
.19	أشعر بتزايد في نبضات	.437**	.001				
.20	أشعر بالعصبية عند سماع أبسط الأصوات	.298*	.035				

** الارتباط دال إحصائياً عند مستوى دلالة $\alpha=0.01$. * الارتباط دال إحصائياً عند مستوى دلالة 0.05

beliefs of Self-efficacy and its relationship to psychological stress among female students in the Kindergarten Department ,College of Girls

Prepared by: Dr. Fatima Abdullah Bahdila and the student Sarah Abdullah Hatem.

The current study aimed to identify the level of self-efficacy among female students of the kindergarten department at the Women's College, Hadhramaut University, and the level of psychological stress among them and the relationship between the two levels. The two researchers relied on the descriptive approach as a way to collect information to suit it for the purposes of the study.

The researchers used two study tools prepared by the researcher Ahmed Al-Shawa (2015). To achieve the goal of the study, the researchers calculated the validity and reliability of the two tools to ensure their suitability for Yemeni society. The study population included all female students enrolled in the kindergarten department at the Women's College of Hadhramaut University - Mukalla at all four levels, and according to the admission and registration statistics of the college, it was found that the research population consists of (156) female students. The basic study sample was selected from the four levels and consisted of (51) female students. The results of the study concluded that the level of self-efficacy is high among the students of the kindergarten department at the Women's College, and their level of psychological stress is moderate. The level of psychological pressures that are attributed to the level variable is that the first, third, and fourth levels are higher than the second level. The level of self-efficacy that is attributed to the level variable is that all levels have a high level of self-efficacy. There is no statistically significant relationship between self-efficacy and psychological stress among female students.

The study presented a set of recommendations, the most important of which are the necessity of working to raise the perceived self-efficacy of male and female students at Hadhramaut University by holding specialized training courses in this regard, and the necessity of working to raise the level of dealing with psychological stress among male and female students at Hadhramaut University in order to confront the difficulties of life.

Keywords: self-efficacy, psychological stress

ISSN: 2708-3659

AL-Rayan Journal



of Humanities & Applied Sciences

Scientific Biannual & Refereed

Volume 6
Issue 2
Serial No.11

December 2023

