



مستوى الثقة بالنفس لدى طلبة المرحلة الإعدادية

الباحثة : هناء عبدالحسين ستار الميالي

abdhana015@gmail.com

مرشدة تربوية ضمن ملاكات تربية الديوانية

ملخص البحث :

يهدف هذا البحث إلى دراسة مستوى الثقة بالنفس لدى طلبة المرحلة الإعدادية في محافظة الديوانية - قضاء الحمزة الشرقي، وتحليل الفروق الفردية بين الذكور والإناث، اعتمدت الباحثة على تصميم وصفي باستخدام أداة استبيان مكونة من 30 فقرة مصممة وفق مقياس ليكرت الخماسي، تم تطبيقها على عينة عشوائية بسيطة مكونة من 294 طالبًا وطالبة (143 ذكور و151 إناث) خلال العام الدراسي 2023-2024، أظهرت النتائج أن المتوسط الحسابي لمستوى الثقة بالنفس بين أفراد العينة بلغ (90) وهو أعلى من المتوسط الفرضي (78)، مع وجود فرق دال إحصائيًا عند مستوى دلالة (0.05)، مما يشير إلى مستوى عالٍ من الثقة بالنفس بين الطلبة، كما كشفت الدراسة عن فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين لصالح الذكور، حيث بلغ المتوسط الحسابي للذكور (92) مقابل (88) للإناث. أرجع الباحث هذه الفروق إلى عوامل اجتماعية وثقافية تتعلق بالتوقعات المجتمعية وتعزيز الأدوار الاجتماعية التقليدية، مما يتسق مع نظرية باندورا في التعلم الاجتماعي التي تؤكد على دور النماذج الاجتماعية والتغذية الراجعة في تشكيل الكفاءة الذاتية، توفر هذه النتائج دلالة على التأثير الإيجابي للبيئة الاجتماعية على بناء الثقة بالنفس لدى الطلبة، مع الحاجة إلى استراتيجيات تعليمية تعزز المساواة بين الجنسين، يوصي الباحث بتبني سياسات تربوية داعمة تشمل تحسين فرص التعزيز الإيجابي للجنسين وتقليل الفجوات المرتبطة بالمعايير الاجتماعية، مما يساهم في تنمية الثقة بالنفس بشكل متوازن ومستدام.

كلمات مفتاحية : الثقة بالنفس، التعلم الاجتماعي، مرحلة الإعدادية

Self-Confidence Level Among Secondary School Students

Researcher: Hana Abdul Hussein Sattar Al-Mayali

Abstract:

This study aims to examine the level of self-confidence among high school students in Al-Hamza Al-Sharqi District, Al-Diwaniyah Governorate, and analyze individual differences between males and females. The researcher adopted a descriptive design using a questionnaire consisting of 30 items, designed according to a five-point Likert scale. The instrument was administered to a simple random sample of 294 students (143 males and 151 females) during the 2023–2024 academic year. The results showed that the mean self-confidence level among the sample was 90, which is higher than the hypothetical mean of 78, with a statistically significant difference at the 0.05 significance level. This indicates a high level of self-confidence among students. The study also revealed statistically significant gender differences in favor of males, with a mean of 92 for males compared to 88 for females. The researcher attributed these differences to social and cultural factors related to societal expectations and reinforcement of traditional gender roles, consistent with Bandura's social learning theory, which emphasizes the role of social models and feedback in shaping self-efficacy. These findings highlight the positive impact of the social environment on building students' self-confidence, while underscoring the need for educational strategies that promote gender equality. The researcher



recommends adopting supportive educational policies, including improved opportunities for positive reinforcement for both genders and reducing gaps linked to social norms, thereby contributing to balanced and sustainable self-confidence development.

Keywords: Self-confidence, Social Learning, High School Stage

(التعريف بالبحث)

مشكلة البحث

تعد الثقة بالنفس من الموضوعات الجوهرية في علم النفس التربوي و الارشاد النفسي لما لها من دور حيوي في تشكيل شخصية الفرد وتحديد مساراته الأكاديمية والاجتماعية. تُعبر الثقة بالنفس عن تقدير الفرد لقدراته وإمكاناته ومدى شعوره بالجدارة والكفاءة في التعامل مع متطلبات الحياة. وتشير الدراسات إلى أن الطلبة في المرحلة الإعدادية يواجهون تحديات نفسية واجتماعية متعددة قد تؤثر سلبًا أو إيجابًا على مستوى الثقة بالنفس لديهم، مما يجعل من الضروري فهم العوامل المؤثرة على هذا المتغير الحيوي (السعدي و المياحي ، 2022).

الدراسات السابقة أشارت إلى وجود ارتباطات دالة بين الثقة بالنفس وعوامل مختلفة مثل الأداء الأكاديمي، الاتزان الانفعالي، والصمود النفسي. على سبيل المثال، وجدت دراسة (عبد ، 2024) أن الطلبة الذين يتمتعون بمستوى عالٍ من الثقة بالنفس يظهرون انزاعًا انفعاليًا أعلى من المتوسط، مما يشير إلى أهمية تعزيز هذه السمة النفسية لتحسين الصحة النفسية لدى الطلبة.

من جهة أخرى، تناولت دراسة (الزبيدي ، 2024) العلاقة بين الثقة بالنفس والتعلم التكيفي لدى طلبة الصف الأول المتوسط، حيث أشارت النتائج إلى وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين المتغيرين. هذه النتائج تؤكد على أن تعزيز الثقة بالنفس يمكن أن يكون له تأثير إيجابي على قدرة الطلبة على التكيف مع المتغيرات الأكاديمية والاجتماعية.

كما أظهرت دراسة (صالح ، 2024) وجود علاقة معنوية بين الثقة بالنفس والصمود النفسي لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة. هذه العلاقة تعكس الأهمية الكبيرة للثقة بالنفس في دعم الطلبة لمواجهة التحديات التي قد تعترض طريقهم. إضافة إلى ذلك، أشارت دراسة (عيدان وآخرون ، 2020) إلى أن الثقة بالنفس ترتبط بشكل إيجابي بأداء الطلبة في الأنشطة البدنية والحركية، مما يعكس أهمية الثقة بالنفس ليس فقط على المستوى الأكاديمي، ولكن أيضًا على مستوى الأداء العام للطلبة.

على الرغم من وفرة الدراسات التي تناولت الثقة بالنفس في مراحل دراسية مختلفة، إلا أن هناك ندرة في الأبحاث التي تتناول هذا المتغير النفسي لدى طلبة المرحلة الإعدادية تحديدًا. هذه الفئة العمرية تُعد مرحلة انتقالية حرجة تشهد تغيرات نفسية وجسدية واجتماعية، مما يجعل فهم مستوى الثقة بالنفس لديهم أمرًا بالغ الأهمية. ومن هنا، يبرز التساؤل الرئيس: ما مستوى الثقة بالنفس لدى طلبة المرحلة الإعدادية؟ وهل تتأثر هذه الثقة بعوامل مثل الجنس، العمر، أو الأداء الأكاديمي؟

أهمية الدراسة

تأتي أهمية هذه الدراسة من ارتباطها بأحد المفاهيم النفسية الأساسية التي تؤثر بشكل مباشر على الأداء الأكاديمي والاجتماعي للطلبة، وهو الثقة بالنفس. تُعد الثقة بالنفس من الركائز النفسية التي تحدد مدى قدرة الفرد على التفاعل مع بيئته وإدارة تحديات الحياة بنجاح (عويذ وعلي ، 2023) . وفقًا لدراسة (الزبيدي ، 2024)، فإن الثقة بالنفس ترتبط إيجابيًا بالتعلم التكيفي، مما يعني أن الطلبة الذين يمتلكون مستويات عالية من الثقة بالنفس لديهم مرونة أكبر في التعامل مع المتغيرات الدراسية والتحديات.



تُبرز هذه الدراسة أهمية البحث في مرحلة عمرية حرجة، وهي المرحلة الإعدادية، حيث يمر الطلبة بتغيرات نفسية واجتماعية وجسدية تؤثر على إدراكهم لذواتهم وثقتهم بقدراتهم. توضح دراسة (عبد، 2024) أن الثقة بالنفس تتوافق مع الاتزان الانفعالي، وهو مؤشر قوي على الصحة النفسية للطلبة. ومن ثم، فإن تعزيز الثقة بالنفس يمكن أن يساهم في تحسين الاستقرار النفسي والعاطفي لدى طلبة المرحلة الإعدادية.

من جهة أخرى، تساهم هذه الدراسة في تسليط الضوء على العلاقة بين الثقة بالنفس ومجموعة من العوامل الأخرى مثل الأداء الأكاديمي والصمود النفسي. أشارت دراسة (صالح، 2024) إلى أن هناك علاقة معنوية بين الصمود النفسي والثقة بالنفس لدى الطالبات، مما يدعم فكرة أن تعزيز الثقة بالنفس لا يقتصر على تحسين الأداء الأكاديمي، بل يمتد ليشمل دعم القدرة على مواجهة الضغوط النفسية والتحديات الحياتية.

إضافة إلى ذلك، فإن أهمية الدراسة تنبع من ندرة الأبحاث التي تتناول الثقة بالنفس لدى طلبة المرحلة الإعدادية تحديداً، رغم أن هذه المرحلة تشهد تشكيل السمات الشخصية للفرد. تفتح هذه الدراسة آفاقاً جديدة لفهم العوامل المؤثرة في بناء الثقة بالنفس لدى الطلبة، كما تقدم مساهمة عملية من خلال إمكانية توظيف نتائجها في وضع برامج تربوية ونفسية تهدف إلى دعم الطلبة وتعزيز قدراتهم (عويذ وعلي، 2023).

في سياق مشابه، تسلط هذه الدراسة الضوء على الاختلافات المحتملة في مستوى الثقة بالنفس تبعاً لمتغير الجنس وهو ما لم يتم التطرق إليه بشكل كافٍ في الدراسات السابقة. على سبيل المثال، توصلت دراسة (بوشكارة وبوفرة، 2024) إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الثقة بالنفس تبعاً لمتغير الجنس، مما يثير تساؤلات حول مدى ثبات هذا الاستنتاج في بيئات ومراحل عمرية مختلفة.

بناءً على ذلك، فإن الدراسة الحالية تسعى إلى تقييم فهم شامل لمستوى الثقة بالنفس لدى طلبة المرحلة الإعدادية في سياق المجتمع العراقي. ومن المتوقع أن تكون نتائج الدراسة ذات قيمة عملية للباحثين والمعلمين وأولياء الأمور، حيث تساهم في تصميم تدخلات تربوية ونفسية تدعم الطلبة في بناء ثقتهم بأنفسهم وتحسين أدائهم الأكاديمي والاجتماعي.

اهداف البحث

1. التعرف على مستوى الثقة بالنفس لدى طلبة المرحلة الإعدادية.
2. دراسة الفروق في مستوى الثقة بالنفس بين الطلبة بناءً على متغير الجنس.

حدود البحث

1. المكانية: أجريت الدراسة في محافظة الديوانية، تحديداً في قضاء الحمزة الشرقي.
2. الزمانية: تم تنفيذ الدراسة في شهر ديسمبر من العام 2024.
3. البشرية: شملت طلبة المرحلة الإعدادية في المدارس الحكومية ضمن المنطقة المحددة.
4. الموضوعية: ركزت الدراسة على مستوى الثقة بالنفس لدى الطلبة.

تعريف مصطلح البحث: الثقة بالنفس

1. التعريف النظري:

وفقاً لـ (شروجر، 1995)، الثقة بالنفس هي إدراك الفرد لمهاراته وقدراته وإمكاناته على التعامل بفاعلية مع المواقف الاجتماعية.



كما عرّفها (سندرلاند، 2004) بأنها قدرة الطالب على الوصول إلى هدف معين بطريقة صحيحة، والتغلب على النقص في المهارات اللازمة لأداء المهام المختلفة.

عرّف (عيدان وآخرون، 2020) الثقة بالنفس بأنها مفهوم نفسي يتطور من خلال الخبرة والممارسة والإدراك، ويشير إلى التكيف الناجح والفعال الذي يكشف عن مدى اعتماد الفرد على نفسه في معظم الأمور، وعدم الشعور بالنقص أو الخجل في مختلف المواقف، مع عدم الخوف من ثقة الآخرين أو الاعتراف بالخطأ.

2. التبنّي:

تم تبنّي تعريف (عيدان وآخرون، 2020) لشموليته وارتباطه المباشر بمشكلة البحث.

3. التعريف الإجرائي:

تُعرّف الثقة بالنفس إجرائيًا في هذه الدراسة بأنها الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب بعد إجابته على فقرات مقياس الثقة بالنفس الذي تم إعداده واستخدامه لتحقيق أهداف البحث الحالي.

(الإطار النظري)

مفهوم الثقة بالنفس

الثقة بالنفس هي مفهوم نفسي يعبر عن إيمان الفرد بقدراته وإمكاناته الذاتية في مواجهة تحديات الحياة والقيام بالأفعال اليومية بكفاءة وفاعلية. يتمثل جوهر الثقة بالنفس في القدرة على التكيف مع مختلف المواقف الحياتية، سواء كانت اجتماعية أو دراسية أو مهنية، دون الشعور بالنقص أو الخجل (عويد وعلي، 2023).

تُعتبر الثقة بالنفس أحد العوامل الأساسية التي تؤثر في سلوك الفرد ونجاحه في تحقيق أهدافه الشخصية والاجتماعية. فهي ترتبط ارتباطًا وثيقًا بمفهوم الاستقلالية، حيث يعتمد الفرد على نفسه في اتخاذ القرارات وتنفيذ المهام دون الحاجة المفرطة إلى الدعم الخارجي. كما تشمل القدرة على تقبل النقد والاعتراف بالأخطاء والتعلم منها دون التأثير على صورة الذات (عيدان وآخرون، 2024).

من الناحية النفسية، يمكن للثقة بالنفس أن تتأثر بعوامل عدة مثل التربية الأسرية، التجارب السابقة، والبيئة الاجتماعية المحيطة. وقد أظهرت الدراسات النفسية أن الأفراد الذين يمتلكون مستويات عالية من الثقة بالنفس هم أكثر قدرة على مواجهة الضغوط والانتقادات، ويكونون أكثر استعدادًا للتفاعل الإيجابي مع الآخرين وتحقيق النجاح في مساعيهم الشخصية (بوشكارا و بوفرة، 2024).

وفي السياق التربوي، تُعد الثقة بالنفس عنصرًا مهمًا في تطوير شخصية الطالب، حيث تساهم في تعزيز دوافعه لتحقيق التفوق الأكاديمي والاجتماعي، مما يعزز شعوره بالتحقق والإنجاز (عبد، 2024).

مكونات الثقة بالنفس

الثقة بالنفس تتكون من عدة مكونات نفسية وسلوكية تتداخل مع بعضها البعض وتساهم في تشكيل شخصية الفرد. هذه المكونات تُعتبر الأساس الذي يعتمد عليه الفرد في تحقيق النجاح الشخصي والاجتماعي. من أهم مكونات الثقة بالنفس:

1. الاعتقاد بالقدرات الذاتية: يعتبر الإيمان بقدرات الفرد على التعامل مع المواقف المختلفة وتنفيذ المهام بنجاح من أبرز مكونات الثقة بالنفس. يساهم هذا الاعتقاد في بناء شعور الفرد بالكفاءة والقدرة على مواجهة التحديات (صالح، 2024).



2. التصور الذاتي الإيجابي: يعتمد التصور الذاتي على كيفية رؤية الفرد لنفسه وتقييمه لصفاته ومهاراته. فالأفراد الذين لديهم تصور إيجابي لأنفسهم يميلون إلى امتلاك مستويات أعلى من الثقة بالنفس (الزبيدي ، 2024).

3. الاستقلالية في اتخاذ القرارات: القدرة على اتخاذ قرارات مستقلة بعيداً عن تأثيرات الآخرين هي من السمات الجوهرية للفرد الواثق من نفسه. هذه القدرة تمنح الفرد الشعور بالتحكم والسيطرة على حياته (صالح ، 2024).

4. المرونة النفسية: تشير إلى قدرة الفرد على التكيف مع الظروف والتغيرات والتعامل مع الضغوط والتحديات دون التأثير السلبي أو الشعور بالعجز (بوشكارا و بوفرة ، 2024).

5. التقبل الذاتي: يتعلق بالتقبل الكامل للذات، بما في ذلك تقبل العيوب والأخطاء. يعتبر هذا المكون أساسياً في بناء الثقة بالنفس، إذ يساعد الفرد على التعامل مع نواقصه دون الشعور بالهزيمة أو الفشل (الزبيدي ، 2024).

مقومات الثقة بالنفس

الثقة بالنفس لا تأتي من فراغ، بل تعتمد على مجموعة من المقومات الأساسية التي تساهم في بناء وتعزيز هذه الثقة. هذه المقومات تتعلق بعوامل نفسية، اجتماعية، وتجريبية، وهي كالاتي:

1. التربية الأسرية: تعد التربية الأسرية من أهم المقومات التي تساهم في بناء الثقة بالنفس. حيث أن دعم الأسرة، سواء من خلال التشجيع أو التوجيه السليم، يعزز من شعور الطفل بالقدرة على النجاح (السعدي و المياحي ، 2022).

2. التجارب الحياتية: التجارب السابقة التي مر بها الفرد تؤثر بشكل كبير على ثقته بنفسه. النجاح في مهام معينة أو تجاوز صعوبات ماضية يعزز من شعور الفرد بالكفاءة ويزيد من ثقته في قدراته (عويد و علي ، 2023).

3. التحصيل الأكاديمي والمهني: التفوق الدراسي أو المهني يعزز من الثقة بالنفس، حيث يشعر الفرد بأن قدراته وإمكاناته قد تم التحقق منها في مواقف واقعية، مما يزيد من إيمانه بقدراته على النجاح في المستقبل (عيدان و آخرون ، 2024).

4. الدعم الاجتماعي: الدعم من الأصدقاء والعائلة والمجتمع يعزز من الثقة بالنفس. الأفراد الذين يتمتعون بشبكة دعم قوية يكون لديهم القدرة على مواجهة التحديات بثقة أكبر (عويد و علي ، 2023).

5. الوعي الذاتي: يعتبر الوعي الذاتي جزءاً أساسياً في مقومات الثقة بالنفس. عندما يكون الفرد مدركاً لمشاعره وأفكاره وسلوكياته، يصبح أكثر قدرة على التحكم فيها وتوجيهها بشكل إيجابي (السعدي و المياحي ، 2022).

6. المرونة والتكيف: القدرة على التكيف مع الظروف المتغيرة والتعامل مع الفشل والمواقف الصعبة تعد من المقومات الضرورية لبناء الثقة بالنفس. فالأشخاص الذين يواجهون التحديات بثبات يتحلون بثقة أكبر في أنفسهم (عويد و علي ، 2023).

7. التقدير الذاتي: يرتبط التقدير الذاتي بقدرة الفرد على تقييم نفسه بشكل إيجابي. عندما يشعر الفرد بتقدير من قبل الآخرين، ينعكس ذلك على تقديره لذاته وثقته في قدراته (السعدي و المياحي ، 2022).

مظاهر الثقة بالنفس



تظهر الثقة بالنفس في العديد من السلوكيات والمظاهر التي يمكن ملاحظتها في الأفراد الذين يتمتعون بمستوى عالٍ منها. هذه المظاهر تنعكس في تصرفات الفرد وتفاعلاته مع الآخرين في الحياة اليومية، سواء في المجال الشخصي أو الاجتماعي أو المهني. من أهم مظاهر الثقة بالنفس:

1. القدرة على اتخاذ القرارات بثقة: الأشخاص الواثقون من أنفسهم لا يترددون في اتخاذ القرارات المهمة سواء في حياتهم الشخصية أو المهنية. هم يتبعون حدسهم ويعتمدون على معرفتهم وقدراتهم في اختيار الحلول المناسبة دون القلق من النتائج (السعدي و المياحي ، 2022).

2. التواصل الفعال: يظهر الأفراد ذوو الثقة بالنفس قدرة كبيرة على التواصل مع الآخرين بشكل فعال وواضح. لديهم القدرة على التعبير عن أفكارهم ومشاعرهم بصدق ووضوح، مما يساهم في بناء علاقات صحية ومتينة مع الآخرين (بوشكاره و بوفرة ، 2024).

3. الاستقلالية: الأفراد الواثقون من أنفسهم يظهرون استقلالية في مختلف جوانب حياتهم. فهم قادرين على اتخاذ القرارات بأنفسهم دون الحاجة إلى الاعتماد المستمر على الآخرين، مما يعكس شعورهم بالقدرة على التحكم في حياتهم (السعدي و المياحي ، 2022).

4. القدرة على التعامل مع الضغوط والتحديات: تظهر الثقة بالنفس في كيفية التعامل مع المواقف الصعبة. الأفراد الواثقون من أنفسهم يتعاملون مع الضغوط بمرونة ولا يتأثرون بسهولة بالتحديات. هم قادرين على مواجهة المشاكل والبحث عن الحلول دون القلق أو الشعور بالعجز (عيدان و اخرون ، 2024).

5. تقبل الذات والإيجابية: من أبرز مظاهر الثقة بالنفس هو التقبل الكامل للذات، بما في ذلك نقاط القوة والضعف. الأفراد الواثقون من أنفسهم لديهم نظرة إيجابية عن أنفسهم ولا يسمحون للنقد أو الفشل بتقويض هذه النظرة (بوشكاره و بوفرة ، 2024).

6. الاعتراف بالخطأ: الشخص الواثق من نفسه لا يتردد في الاعتراف بأخطائه وتعلم منها. هو لا يشعر بالخوف من الخطأ أو الفشل، بل يعتبرها فرصة للتحسين والنمو (السعدي و المياحي ، 2022).

7. التفكير الإيجابي: يظهر الأفراد الذين يمتلكون ثقة بالنفس ميلاً للتفكير بشكل إيجابي، حيث يركزون على الحلول بدلاً من المشكلات. لديهم نظرة متفائلة للمستقبل ويؤمنون بقدرتهم على تحقيق أهدافهم (عبد ، 2024).

8. القدرة على مواجهة المواقف الاجتماعية بثقة: في المواقف الاجتماعية، يظهر الأفراد ذوو الثقة بالنفس تفاعلات طبيعية وأداء جيد. هم قادرين على التفاعل مع الآخرين بحرية ودون خوف من الحكم عليهم، ما يعزز من حضورهم الاجتماعي (صالح ، 2024).

9. القدرة على تحمّل المسؤولية: الشخص الواثق من نفسه يتحمل المسؤولية عن أفعاله وقراراته. هو مستعد لمواجهة عواقب اختياراته وتعلم منها بدلاً من الهروب أو إلقاء اللوم على الآخرين (السعدي و المياحي ، 2022).

10. المرونة في التفكير: الأفراد الواثقون من أنفسهم يمتلكون القدرة على التفكير بطريقة مرنة. هم مستعدون لتغيير آرائهم إذا اقتضت الحاجة، مما يعكس قوتهم النفسية ومرونتهم في التعامل مع مختلف وجهات النظر (عبد ، 2024).

11. التصميم على النجاح: يظهر الشخص الواثق من نفسه إصراراً على تحقيق أهدافه. لديهم القدرة على وضع أهداف واضحة والعمل على تحقيقها بثبات، دون أن يؤثر عليهم الفشل المؤقت أو الصعوبات التي قد يواجهونها (صالح ، 2024).



النظريات التي فسرت الثقة بالنفس

1. نظرية التحليل النفسي (فرويد)

وفقاً لسيغموند فرويد، تعتبر الثقة بالنفس جزءاً من نمو الشخصية التي يتم تطويرها من خلال التفاعل الاجتماعي المبكر مع الوالدين والمجتمع. يربط فرويد بين الثقة بالنفس والمراحل النفسية التي يمر بها الطفل، حيث أن التجارب المبكرة تؤثر بشكل كبير في شعور الشخص بالكفاءة الذاتية. عندما يمر الطفل بتجارب ناجحة في التفاعل مع الآخرين، ينمو لديه شعور بالثقة بالنفس، بينما يمكن أن تؤدي التجارب السلبية أو الفشل في التفاعل إلى نقص في الثقة بالنفس (Freud, 1923).

2. نظرية الدافع والإنجاز (ماسلو)

تطرت نظرية هارولد مازلو إلى الثقة بالنفس في سياق حاجات الإنسان، حيث يرى أن الثقة بالنفس تتأثر بتلبية الحاجات الأساسية التي تضمن شعور الشخص بالأمان والقبول والإنجاز. وفقاً لهذه النظرية، يشعر الأفراد بالثقة بالنفس عندما يتمكنون من تحقيق النجاح في تلبية حاجاتهم الأساسية، مثل الانتماء والتقدير، ما يؤدي إلى تعزيز مفهوم الذات لديهم وزيادة شعورهم بالكفاءة (Maslow, 1943). فالأفراد الذين يصلون إلى مستوى أعلى من الإشباع في هرم ماسلو، مثل الحاجة إلى تقدير الذات والإنجاز، يظهرون مستويات أعلى من الثقة بالنفس.

3. نظرية سلوك التعلم الاجتماعي (باندورا)

تعتبر نظرية التعلم الاجتماعي لألبرت باندورا من أبرز النظريات التي تفسر مفهوم الثقة بالنفس. وفقاً لهذه النظرية، تنشأ الثقة بالنفس من خلال التعلم بالملاحظة والتجربة. حيث يمكن أن تؤثر تجارب النجاح والفشل في سلوك الأفراد، وبالتالي في بناء ثقتهم بأنفسهم. يرى باندورا أن الفعالية الذاتية، أو الإيمان بقدرة الشخص على النجاح في مهام معينة، تلعب دوراً محورياً في تكوين الثقة بالنفس (Bandura, 1997). الأشخاص الذين يواجهون تحديات وينجحون في التغلب عليها يشعرون بزيادة في ثقتهم بأنفسهم.

(إجراءات البحث)

مجتمع البحث

تمثل مجتمع البحث في جميع طلبة المرحلة الإعدادية في محافظة الديوانية - قضاء الحمزة الشرقي. يتألف هذا المجتمع من جميع الطلاب في المدارس الحكومية التي تشمل مختلف التخصصات الأدبية والعلمية في المدينة خلال العام الدراسي 2023-2024.

عينة البحث

تم اختيار عينة البحث من طلبة المرحلة الإعدادية في محافظة الديوانية باستخدام أسلوب العينة العشوائية البسيطة. بلغ عدد أفراد العينة ٢٩٤ بواقع (١٤٣) طالب (١٥١) وطالبة، تم اختيارهم من عدة مدارس مختلفة بشكل عشوائي لضمان تمثيل شامل لطلاب هذه المرحلة.

أداة البحث

اعتمدت الباحثة في هذا البحث على أداة مكونة من 30 فقرة لقياس مستوى الثقة بالنفس لدى طلبة المرحلة الإعدادية. تم تصميمها بناءً على المراجعات الأدبية للمفاهيم والنظريات المتعلقة بالثقة بالنفس، وذلك لضمان شمولية الأداة وملاءمتها للواقع المحلي. استخدم الباحث مقياس ليكرت الخماسي (من 1 إلى 5) بالعبارات (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً) لتحديد استجابة المشاركين من حيث مدى موافقتهم أو عدم موافقتهم على العبارات المدرجة.



الصدق

١. **الصدق الظاهري:** تم عرض الاستبيان على مجموعة من الخبراء والمتخصصين في علم النفس التربوي والقياس النفسي لتقييم محتوى الاستبيان وضمان وضوح فقراته وصحتها النظرية. أسفر التقييم عن رفض فقرة واحدة بسبب غموض في صياغتها.

٢. **صدق الاتساق الداخلي:** تم التحقق من صدق الاتساق الداخلي للمقياس باستخدام طريقتين:

أ. **المجموعتين المتطرفتين:** حيث تم مقارنة درجات الطلاب في المجموعتين المتطرفتين (الطلاب ذوي درجات عالية والطلاب ذوي درجات منخفضة) باستعمال اختبار (تائي) لعينتين مستقلتين وذلك لضمان قدرة المقياس على التمييز بين المجموعات. تم رفض فقرتين لعدم تحقق التمييز الفعال بين المجموعتين.

ب. **علاقة الدرجة بالدرجة الكلية:** تم فحص العلاقة بين الدرجات التي حصل عليها كل طالب في كل فقرة والدرجات الكلية للمقياس باستخدام معامل بيرسون . أسفر التحليل عن رفض فقرة واحدة لعدم وجود علاقة قوية مع الدرجة الكلية.

الثبات

تم استخدام معامل ألفا كرونباخ لقياس الثبات الداخلي للاستبيان. أظهرت النتائج أن معامل ألفا كرونباخ بلغ 0.83، مما يشير إلى أن المقياس يتمتع بثبات جيد يسمح باعتماده في القياسات المستقبلية.

الوسائل الإحصائية

استخدم الباحث مجموعة من الأساليب الإحصائية لتحليل البيانات التي تم جمعها، ومنها:

المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي والانحراف المعياري: لتحليل الاتجاهات المركزية والتباين في استجابات المشاركين ، معامل بيرسون للمقارنة بين درجة الفقرة و الدرجة الكلية لتميز الفقرات ، اختبار "ت" (T-test): لقياس الثقة بالنفس لدى الطلبة و كذلك لتحليل الفروق بين المجموعات المختلفة (مثل الجنس أو التخصص) في درجات الثقة بالنفس.

(نتائج البحث)

أولاً : قياس الثقة بالنفس لدى طلبة المرحلة الإعدادية:

أظهرت النتائج الإحصائية أن القيمة المحسوبة لاختبار t بلغت (28.83)، وهي أكبر من القيمة الجدولية البالغة (1.96) عند مستوى دلالة (0.05). يشير هذا إلى وجود فرق دال إحصائياً بين المتوسط الحسابي (90) والمتوسط الفرضي (78)، مما يعني أن أفراد عينة الدراسة يتمتعون بمستوى أعلى من الثقة بالنفس مقارنة بالمستوى المفترض و جدول رقم (١) يوضح ذلك.

جدول رقم (١) الاختبار التائي لمتغير الثقة بالنفس لدى طلبة المرحلة الإعدادية.

العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	الاختبار التائي	التائية الجدولية	الدلالة
٢٩٤	٩٠	٧,١٣٦	٧٨	٢٨,٨٣	١,٩٦	دالة

وتختلف هذه النتيجة مع (الزبيدي ، 2024) حيث كانت بمتوسط حسابي أقل من المتوسط الفرضي وهي دراسة لعينة من طلاب المتوسطة بينما تتفق مع (السعدي و المياحي ، 2022) حيث جاءت بمتوسط حسابي اعلى من المتوسط الفرضي وهي دراسة لعينة من طلاب الجامعة ، و يمكن تفسير هذه النتيجة بناءً على نظرية باندورا في سلوك التعلم الاجتماعي، والتي تؤكد على أن الثقة بالنفس تتأثر بالتفاعلات الاجتماعية والنماذج الحياتية التي يتعرض لها الأفراد. يشير المستوى المرتفع للثقة بالنفس بين العينة إلى أن البيئة الاجتماعية التي ينتمي إليها الطلبة قد وفرت لهم فرصاً لتطوير كفاءاتهم الذاتية عبر الملاحظة



والتعلم من الآخرين، حيث تتشكل الثقة بالنفس من خلال ، التجارب الناجحة حيث يؤدي النجاح المتكرر في المهام الأكاديمية والاجتماعية إلى تعزيز الكفاءة الذاتية. كذلك التغذية الراجعة الإيجابية والتي هي الدعم والتشجيع من قبل المعلمين والزملاء يساهمان في بناء تصور إيجابي عن القدرات الذاتية. وايضا النمذجة التي تمثل اقتداء الطلبة بنماذج إيجابية تثق بقدراتها يعزز لديهم القناعة بقدرتهم على تحقيق النجاح. و يتسق هذا مع مفهوم "الكفاءة الذاتية" الذي يمثل المحور الأساسي لنظرية باندورا، حيث أن الشعور بالقدرة على التحكم في النتائج يزيد من ثقة الأفراد بأنفسهم ويحفزهم على الأداء الأفضل في مختلف المواقف الحياتية.

ثانياً : الفروق الفردية بين الذكور والإناث لمتغير الثقة بالنفس لدى طلبة المرحلة الإعدادية

من خلال إجراء اختبار تائي لعينتين لمقارنة متوسطات الثقة بالنفس بين الذكور والإناث، حيث أظهرت النتائج وجود فرق دال إحصائياً بينهما، إذ بلغت قيمة t المحسوبة (-4.83) عند درجة حرية (292)، وهي قيمة أعلى (من حيث القيمة المطلقة) من القيمة الحرجة عند مستوى الدلالة 0.05. حيث بلغ لمتوسط الحسابي للثقة بالنفس لدى الإناث 88 (بانحراف معياري 7.654)، بينما المتوسط الحسابي للذكور بلغ 92 (بانحراف معياري 6.518) ، مما يشير هذا إلى أن الذكور يتمتعون بمستوى أعلى من الثقة بالنفس مقارنةً بالإناث وفق البيانات المتاحة وهذا يدل على إن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في مستوى الثقة بالنفس لصالح الذكور وجدول رقم (٢) يوضح ذلك.

جدول رقم (2) الاختبار التائي لعينتي الذكور و الإناث بالنسبة لمتغير الثقة بالنفس لدى طلاب الإعدادية

الوسائل الإحصائية	الذكور	الإناث
العينة	١٤٣	١٥١
المتوسط الحسابي	٩٢	٨٨
الانحراف المعياري	٦,٥١٨	٧,٦٥٤
درجة الحرية	٢٩٢	
الاختبار التائي	٤,٨٣	
التائية الجدولية	١,٩٦	
الدالة	دالة	

ويشير هذا إلى أن الذكور يتمتعون بمستوى أعلى من الثقة بالنفس مقارنةً بالإناث وفق البيانات المتاحة وهذا يدل على إن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في مستوى الثقة بالنفس لصالح الذكور و تختلف هذه النتيجة مع (بوشكارا و بوفرة ، 2024) حيث جاءت بأن الإناث أكثر ثقة في النفس في مرحلة الطفولة ووفقاً لنظرية باندورا، فإن الفروق في مستوى الثقة بالنفس بين الذكور والإناث يمكن تفسيرها كنتيجة للتفاعل بين التعلم من النماذج الاجتماعية، التعزيز المجتمعي والذي يكون أكثر واقوى للذكور في المراحل العمرية المتقدمة ، إضافة للأدوار الاجتماعية المفروضة. وهذه العوامل تؤدي إلى تطوير معتقدات مختلفة حول الكفاءة الذاتية بين الجنسين خاصة في المجتمعات المحافظة ، مما ينعكس على مستوى الثقة بالنفس. ولتخفيف هذه الفروق، قد تكون هناك حاجة إلى تعزيز بيئات تدعم المساواة بين الجنسين في الفرص والتوقعات المجتمعية.

الاستنتاجات:

1. أظهرت الدراسة أن طلبة المرحلة الإعدادية في قضاء الحمزة الشرقي يتمتعون بمستوى عالٍ من الثقة بالنفس مقارنةً بالمستوى الفرضي.
2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الثقة بالنفس بين الذكور والإناث، لصالح الذكور.



3. تتأثر الثقة بالنفس بعوامل اجتماعية وثقافية، بما يتماشى مع نظرية باندورا في التعلم الاجتماعي.

التوصيات:

1. تعزيز البرامج التربوية التي تركز على بناء الثقة بالنفس لجميع الطلبة مع التركيز على تقليل الفجوة بين الجنسين.
2. تصميم أنشطة مدرسية تشجع على التفاعل الإيجابي بين الطلبة وتعزز الكفاءة الذاتية.
3. توفير تدريب للمعلمين على استخدام أساليب تشجيعية تركز على التغذية الراجعة الإيجابية والنمذجة الفعالة.

المقترحات:

1. إجراء دراسات مشابهة على مراحل تعليمية أخرى لتحليل تطور الثقة بالنفس عبر الفئات العمرية.
2. دراسة العلاقة بين الثقة بالنفس والعوامل الأسرية، مثل الدعم العائلي ومستوى التعليم الوالدي.
3. تقييم أثر التدخلات الإرشادية و التربوية الموجهة نحو تعزيز الثقة بالنفس على الأداء الأكاديمي للطلبة.

المصادر

- عبدان ، هدى ، غفران بشير و مريم عبدالجبار ،(2020)، الثقة بالنفس وعلاقتها بأداء التشكيلة الحركية باداء الطوق لطالبات المرحلة الثالثة ، مجلة الرياضة المعاصرة ، مجلد ١٩ العدد ١ ، ص ٦-١
- الزبيدي ، شروق بشار ،(2024)، الثقة بالنفس وعلاقتها بالتعلم التكيفي لدى طلبة الصف الاول متوسط ، مجلة الدراسات التربوية ، العدد 67، ص1-22
- بوشكارا ، امينة اشراق ، مختار بوفرة ، (2024)، اثر البرنامج القصصي في تنمية الثقة بالنفس لدى الطفل ، مجلة كلية التربية الاساسية ، الجامعة المستنصرية ، مجلد 30 عدد 124 ، ص 670-683
- السعدي و المياحي ، فاطمة ذياب مالود ، أيثار عبد المحسن قاسم ، (2022) ، الثقة بالنفس وعلاقتها بالسلوك الايجابي لدى طلبة الجامعة في ضل جائحة كورونا ،مركز البحوث النفسية ، المؤتمر العلمي الدولي السنوي الرابع و العشرون ، ص173-208
- عبد ، مها صدام ، (2024) ، الثقة بالنفس وعلاقتها بالاتزان الانفعالي لدى طلبة كلية التربية للعلوم الانسانية ، مجلة نسق ، مجلد (42) عدد(3) ص607-632.
- عويد وعلي ، فالح عبد الحسن ، سكينه محمد ، (2023) ، اثر استراتيجيه Rally في التحصيل و الثقة بالنفس لدى تلميذات الصف الخامس الابتدائي في مادة العلوم ، مجلة الفتح ، المجلد 27، العدد 4، ص 1-29
- صالح ، نسيمه عباس ، (2024) ، الصمود النفسي و علاقته بالثقة بالنفس لدى طلبة كلية التربية البدنية و علوم الرياضة ، مجلة دراسات و بحوث التربية الرياضة ، مجلد 34، عدد 4، ص 300-312.
- Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. Psychological Review, 50(4), 370-396.
- Freud, S. (1923). The Ego and the Id. SE, 19:12-66.
- Bandura, A. (1997). Self-efficacy: The exercise of control. W. H. Freeman.



Shrauger, J.S (1995) self – confidence: Its measurement conceptualization and Bihar implications .assessment,2 , 255-278.

Sunder land, 10, (2004): speech, language and audio lego services in public schools' intervention in school and clinic, 39(4). 209-217

ملحق رقم 1

استبانة الثقة بالنفس

ت	الفقرات	دائمًا	غالبًا	أحيانًا	نادرًا	أبداً
1	أثق بقدرتي على اتخاذ قراراتي بنفسي دون الاعتماد على الآخرين.					
2	أشعر أنني قادر على مواجهة التحديات اليومية دون مساعدة.					
3	أتمكن من إنجاز المهام المطلوبة مني في الوقت المحدد.					
4	أتحمل مسؤولية أخطائي وأتعلم منها.					
5	أثق في قدرتي على تحقيق أهدافي الشخصية.					
6	أعتمد على نفسي في حل المشكلات التي تواجهني.					
7	أستطيع التعبير عن أفكاري بوضوح أمام الآخرين.					
8	أشعر بالراحة عند التحدث مع أشخاص جدد.					
9	لا أتردد في الانضمام إلى النقاشات الجماعية.					
10	أتعامل بثقة مع الأشخاص الذين ينتقدونني.					
11	أتمكن من الحفاظ على هدوئي في المواقف الصعبة.					
12	أستطيع بناء علاقات اجتماعية بسهولة.					
13	أرى نفسي شخصاً ذو قيمة ويستحق الاحترام.					
14	لا أشعر بالحرج من أخطائي إذا ارتكبتها.					
15	أواجه الانتقادات بشكل إيجابي دون أن أشعر بالدونية.					
16	أعتبر أن لدي القدرات الكافية لتحقيق النجاح.					
17	أتمتع بالشجاعة عند مواجهة الجمهور.					
18	لا أشعر بالخجل من مشاركة إنجازاتي مع الآخرين.					
19	أثق في أن الآخرين يقدرون آرائي وأفكاري.					
20	أشعر أنني محبوب ومقبول من قبل زملائي.					
21	أعتقد أن الآخرين يعتمدون عليّ في المواقف الصعبة.					
22	أستطيع طلب المساعدة من الآخرين بثقة عند					



					الحاجة.
					23 أشعر أنني مصدر إلهام للآخرين في بعض الأحيان.
					24 أو من بقدرتي على التأثير في من حولي بشكل إيجابي.
					25 أتعلم من أخطائي ولا أخجل من الاعتراف بها.
					26 أتقبل النقد البناء وأستخدمه لتحسين نفسي.
					27 أعتبر الفشل جزءاً من التعلم والتطور.
					28 أحاول دائماً تصحيح أخطائي بمجرد إدراكها.
					29 أبحث عن حلول عملية بدلاً من الاستسلام للمشكلات.
					30 أتعامل مع الإخفاقات بثقة ودون خوف من المحاولة مجدداً.