

الكفاءة الذاتية لدى لاعبي الكاراتية في دولة الكويت

عبدالعزیز حسین عباس أحمد حسین

مقدمة ومشكلة البحث:

يعد مفهوم الكفاءة الذاتية من المفاهيم المهمة في تفسير السلوك الإنساني خاصة من وجهة نظر أصحاب نظرية التعلم الاجتماعي، وقد تناول الباحثون في البيئة العربية مصطلح **Self-efficacy**، وترجم إلى مصطلحي كفاءة الذات، أو فعالية الذات، وأحياناً يستخدم مصطلح **Self-efficiency** بمعنى فعالية الذات.

وقد ظهر مفهوم الكفاءة الذاتية على يد العالم الأمريكي ألبرت باندورا **Albert Bandura** (١٩٧٧م) عندما قدم نظرية متكاملة لهذا المفهوم حدد فيها أبعاد، ومصادر الكفاءة الذاتية، وتمثل هذه النظرية جانب مهم من نظرية التعلم الاجتماعي، كما تشكل المحدد الرئيس لسلوك الفرد. (٣١)

ومفهوم الكفاءة الذاتية (**Self-Efficacy**) يشكل محوراً رئيساً من محاور النظرية المعرفية الاجتماعية **Social cognitive Theory** التي ترى أن لدى الفرد القدرة على ضبط سلوكه نتيجة ما لديه من معتقدات شخصية، فالأفراد لديهم نظام من المعتقدات الذاتية **Self-Beliefs** يمكنهم من التحكم في مشاعرهم وأفكارهم. (١٧: ٣٥٩-٣٧٣)

ووفقاً لذلك فإن الكيفية التي يفكر ويعتقد ويشعر بها الفرد تؤثر في الكيفية التي يتصرف بها، إذ تشكل هذه المعتقدات المفتاح الرئيس للقوى المحركة لسلوك الفرد، فالفرد يعمل على تفسير انجازاته بالإعتماد على القدرات التي يعتقد أنه يمتلكها، مما يجعله يبذل قصارى جهده لتحقيق النجاح. (١٦)

ويبرز أثر الكفاءة الذاتية المدركة من خلال المساعدة على تحديد مقدار الجهد الذي سيبدله الفرد في نشاط معين، ومقدار المثابرة في مواجهة العقبات ومقدار الصلابة أمام المواقف الصعبة، فكلما زاد الإحساس بالكفاءة زاد الجهد والمثابرة والصلابة، فالأفراد ذوو الكفاءة الذاتية المرتفعة يتعاملون مع المشكلات والأنشطة الصعبة بمزيد من الإحساس بالهدوء والرصانة. (٢٤: ٤٤٣-٤٦٣)

ويؤكد تزيمرمان وكلييري **Zimmerman and Cleary** (٢٠٠٦م) أنه إذا كان لدى الفرد اعتقاد سيزيد من تركيزه وجهده وانهماكه في هذه المهمة، في حين إذا كان لدى الفرد مهارة ومعرفة لإتمام المهمة فإن هذا لا يعني بالضرورة قدرته على إتمامها. (٣٠)

أما باندورا **Bandura** (١٩٩٧م) فيرى أن الكفاءة الذاتية تعد بمثابة مرايا معرفية **Cognition Mirrors**، فهي مؤشر لمدى قدرة الفرد على التحكم في أفعاله الشخصية، وأعماله، فالفرد الذي لديه إحساس عال بالكفاءة الذاتية يمكن أن يسلك بطريقة أكثر فاعلية، ويكون أكثر

قدرة على مواجهة تحديات بيئته، واتخاذ القرارات، ووضع أهداف مستقبلية ذات مستوى عال، بينما الشعور بنقص الكفاءة الذاتية يرتبط بالاكتئاب، والقلق، والعجز، وانخفاض التقدير الذاتي، وامتلاك أفكار تشاؤمية عن مدى القدرة على الإنجاز، والنمو الشخصي. (١٦: ٢٠)

ويؤكد **فتحي الزيات (٢٠٠١م)** أن الكفاءة الذاتية ذات قيمة تنبؤية تفوق نتائج المتوقعة (السلوك)، كما أن قيمتها التنبؤية تفوق القيمة التنبؤية لكل من المعرفة، والمهارة التي يملكها الفرد. (٩: ٥٠٥)

فالأفراد ذوي الكفاءة الذاتية المنخفضة غير قادرين على التعامل الجيد مع المواقف، وأكثر احتمالاً للفشل في التوافق، فالشعور بالكفاءة الذاتية يعتبر عاملاً حاسماً في النجاح، أو الفشل في الحياة، ولذلك تعتبر الكفاءة الذاتية من أهم ميكانيزمات القوى الشخصية. (٣١)

لذا فإنه يمكن القول أن الكفاءة الذاتية هي كل ما يعتقد الفرد أنه يملكه من إمكانيات، وقدرات، والتي تعد بمثابة مقياس، أو معيار لقدراته، وأفكاره، وأفعاله. وأنها توقع الفرد بأنه قادر على أداء السلوك الذي يحقق نتائج مرغوب فيها في موقف معين. (٤: ٢٥٢)

كما أنها قدرة الفرد على التخطيط، وممارسة السلوك الفعال الذي يحقق النتائج المرغوبة في موقف ما، والتحكم في الأحداث، والمواقف المؤثرة على حياته، وإصدار التوقعات الذاتية الصحيحة عن قدرة الفرد على القيام بمهام، وأنشطة معينة، والتنبؤ بمدى الجهد، والمثابرة المطلوبة لتحقيق ذلك العمل، أو النشاط. (١٠: ٣٧)

ويضيف **Zimmerman (٢٠٠٠م)** أن مفهوم الكفاءة الذاتية يشير إلى إدراكات الشخص لقدرته على تنظيم، وتنفيذ الأعمال الضرورية للحصول على الأداء المحدد للمهارة من أجل تنفيذ المهمات، والأهداف الأكاديمية، مثل: الدرجات، والتقدير الاجتماعي، أو فرص العمل بعد التخرج كلها تتنوع بصورة واسعة في طبيعة، ووقت إنجازها. (١٩: ٨٣)

كما يضيف **فتحي الزيات (٢٠٠١م)** أنها اعتقاد، أو إدراك الفرد لمستوى، أو كفاءة، أو فاعلية إمكانياته أو قدراته الذاتية، وما تنطوي عليه من مقومات عقلية معرفية، وانفعالية، ودافعية، وحسية، وفسولوجية عصبية لمعالجة المواقف، أو المهام، أو المشكلات، أو الأهداف الأكاديمية، والتأثير في الأحداث لتحقيق إنجاز ما في ظل المحددات البيئية القائمة. (٩: ٥٠١)

ويرى **Bandura (١٩٩٤م)** أن الكفاءة الذاتية هي اعتقادات الأفراد حول قدراتهم على الإنتاج المؤثر لمستويات محددة من الأداء، والتي تحدد كيف الأفراد يشعروا، ويفكروا، ويسلكوا. (١٥: ٧١-٨١)

واعتماد الفرد في كفاءته الذاتية فيما يعرف بفاعلية الذات يجعله أكثر اهتماماً بالأنشطة المختلفة والاستغراق فيها، وأكثر مثابرة لتحدي الصعاب حيث يبذل أقصى جهد لمواجهة الفشل وتجاوزه، كما أنه ينظر إلى المهام الصعبة على أنها مصدر للتحدي وإثبات الكفاءة، وغالباً ما

ينسب نجاحه إلى ذاته، بينما ينسب الإخفاق في بعض المواقف إلى عدم كفاية المعلومات أو الجهد المبذول. (١٤ : ١٤)

ويؤكد **شونك Schunk (٢٠٠٣م)** أن الأفراد ذوي الكفاءة العالية يعتقدون أن لديهم القدرة على إنجاز المهمات المقدمة لهم بنجاح، بينما يميل الأفراد ذوو الكفاءة المتدنية عند مواجهة مهام معينة أعلى الاستسلام بسهولة والإصابة بالكسل وبالتالي أداء هذه المهمات بأداء ضعيف وأحياناً تركها بدون أداء. (٢٧ : ١٥٩-١٧٢)

ووفقاً لـ **باندورا Bandura (١٩٩٧م)** فإن إدراكات الكفاءة الذاتية تؤثر في الدافعية، فهي تحدد الأهداف التي سيضعها الأفراد لأنفسهم، والجهود التي سي بذلونها لتحقيق هذه الأهداف واستعدادهم لمواجهة الفشل ومقاومته، فالأفراد الذين يثقون في مهاراتهم الأكاديمية يتوقعون الحصول على درجات عالية على الاختبارات، ويتوقعون الحصول على نتائج مميزة نتيجة قيامهم بأعمال متقنة. (٢٦ : ٢٠٧-٢٣١)

بينما يرى **عبد المنعم الدردير (٢٠٠٤م)** أن الكفاءة الذاتية هي توقع النجاح في مهمة، وهذا التوقع يكون ناتجاً عن إيمان بمهارة الأداء الكلية للفرد، وأن ذلك يؤثر على اختياره للأنشطة، ومقدار ما يبذله من جهد، ومدى قدرته على مواجهة العوائق، والعقبات. (٧ : ٢١٦)

ومن العرض السابق يمكن تعريف الكفاءة الذاتية بأنها هي "درجة اقتناع الفرد بقدرته على تحقيق النجاح، والوصول للنتائج المرجوة، وذلك نتيجة إدراكه لإمكاناته العقلية، والجسمية، والاجتماعية، والانفعالية، وكذلك مستوى ردود أفعاله الخاصة بالمهمة، ومدى ثقة الفرد في هذا الإدراك، واستبصار المرء بإمكاناته، وحسن استخدامها، وفق الظروف البيئية المحيطة به". أي أن هذا المفهوم يشير إلى اعتقاد الفرد، أو إدراكه لمستوى إمكاناته، أو قدراته الذاتية، وما تنطوي عليه من مقومات عقلية معرفية، وانفعالية دافعية يستخدمها في معالجة المواقف، أو المشكلات، والتأثير في الأحداث لتحقيق إنجاز ما في ظل الظروف البيئية المحيطة به. (٣١)

كما أن للكفاءة الذاتية دوراً في اعتقاد الفرد بقدرته على السيطرة على مجريات حياته، ومواجهة ما يقابله من تحديات، ولا شك في أن تنمية الكفاءة يمكن أن يعزز الإحساس بالجدارة الذاتية، ويجعل الإنسان أكثر رغبة في المخاطرة، والسعى إلى مزيد من التحديات، وعندما يتغلب المرء على هذه التحديات يزداد إحساسه بقوة كفاءته الذاتية.

وتتطور معتقدات الكفاءة الذاتية اعتماداً على أربعة مصادر رئيسة هي:

١- **خبرات الاتقان (Mastery Experiences):** فخبرات النجاح تدعم الكفاءة الذاتية لدى الفرد، فإذا تكرر نجاح الفرد في أعمال معينة ازداد شعوره بالكفاءة الذاتية، في حين أن تكرار الفشل لدى الفرد يقلل من شعوره بكفاءته الذاتية.

٢- **خبرات الإنابة (Vicarious Experiences):** التي يستقيها الفرد من النماذج الاجتماعية المحيطة، إذ يزداد شعور الفرد بكفاءته الذاتية عندما يلاحظ أن من يماثلونه في القدرة قادرين على القيام بمهمة ما.

٣- **الإقناع (Persuasion):** فمعتقدات الكفاءة الذاتية تتأثر بالإقناع الذي يتلقاه الفرد من بعض الأشخاص الموثوق بقدرتهم على أداء مهمة ما.

٤- **الحالات الإنفعالية والفسولوجية (Physiological and Affective States):** فمعتقدات الكفاءة الذاتية تتأثر بمستوى الإثارة الإنفعالية: فالإثارة الإنفعالية الشديدة تؤثر سلباً على الكفاءة الذاتية، بينما تعمل الإثارة الإنفعالية المتوسطة على تحسين مستوى الأداء ورفع الكفاءة الذاتية. (٢٣: ١٠٤-١٢٠)(٢٠: ٤٨٥-٤٩٩)(١٦)

ويرى **فتحي الزيات (٢٠٠١م)** أن أبعاد الكفاءة الذاتية تتحدد فيما يلي:

- **البعد العام:** يجب أن تتناول مقاييس الكفاءة الذاتية اعتقادات، أو إدراكات الناس في قدرتهم على الأداء عند مختلف مستويات صعوبة المهام، وخلال مختلف السياقات، أو الظروف البيئية.

- **البعد الاجتماعي:** يجب أن تعكس مقاييس الكفاءة، أو الفاعلية الذاتية اعتقادات، أو إدراكات الأفراد داخل أطر، أو سياقات اجتماعية.

- **البعد الأكاديمي:** يجب أن تعكس مقاييس الكفاءة الذاتية اعتقادات، أو إدراكات الأفراد، وقدراتهم عبر مختلف المجالات، والمستويات الأكاديمية ذات الطبيعة العامة، أو النوعية، وخلال مراحل العمر.

- **المستوى:** يشير إلى مستوى اعتقاد الفرد في كفاءته الذاتية، بمعنى مدى ثقة الفرد في قدراته، ومعلوماته، ويجب أن يعكس المقياس اعتقادات الفرد، وتقديره لذاته بأن لديه مستوى من الكفاءة يمكنه من أداء ما يوكل إليه، أو يكلف به.

- **العمومية:** تشير إلى اتساع مدى الأنشطة، والمهام التي يعتقد الفرد أن بإمكانه أدائها، وتتباين درجة العمومية بين اللامحدودية، وهي أعلى درجات العمومية، والمحدودية الأحادية التي تقتصر على مجال محدد، وتختلف درجة العمومية باختلاف درجة تماثل الأنشطة، وخصائص الشخص، والموقف محور السلوك، ويجب أن تغطي فقرات المقياس المجالات، والأنشطة الواقعية ذات الدلالة في حياة الفرد.

- **القوة، أو الشدة:** يشير إلى قوة، أو عمق الإحساس بالكفاءة الذاتية، ويجب أن تعكس فقرات المقياس على ما يعتقد الفرد، أو يدرك أنه يمكنه عمله، أو إنجازه بالفعل، لا ما سوف يعمل، أو ينجزه. (٩: ٥٠٨-٥١٠)

وقد ميز الكثير من علماء النفس والباحثين بين مفهوم الكفاءة الذاتية ومفهومي مفهوم

الذات (**Self-Concept**) وتقدير الذات (**Self-Esteem**)، فمفهوم الذات مفهوم عام يتعلق

بالإعتقاد الكلي للشخص بقدرته، بينما تتحدد الكفاءة الذاتية بمجال معين وتؤثر بمفهوم الفرد عن ذاته، أما تقدير الذات فيشير إلى تقييم الفرد وشعوره عن نفسه، بينما تمثل الكفاءة الذاتية شعور الفرد نحو إنجاز مهمة ما، ولكن تأثير الكفاءة الذاتية على أداء الفرد أكاديمياً أكثر مقارنة بتأثير مفهوم تقدير الذات. وقد تم استخدام مفهوم ضبط الذات (**Perceived Control**) كمفهوم مشابه للكفاءة الذاتية ليشير إلى كيفية تجاوب الفرد مع مثيرات بيئية معينة، وعلى أيه حال فإن الكفاءة الذاتية تفسر ثقة الفرد في قدرته على أداء مهمة محددة. (٣٠)(٢٥: ٧١-٩١)

ولعبة الكاراتيه من الألعاب الفردية التي يحاول فيها اللاعب أدراك قدراته وتحقيق الإبداع في الأداء البدني والمهاري للسيطرة على متطلبات التدريب والمنافسة وهذا يتطلب منه أن يصل إلى مستوى عال من الأداء الذي يؤدي إلى تحقيق الفوز، ويؤثر على مقدرته في مواجهة المنافسات الصعبة مما يؤثر على الانجاز الرياضي وسلوكه في المنافسة الرياضية. (٦: ٢٠١)

كما أن ظروف لعبة الكاراتيه تتطلب من اللاعب إن يبذل أقصى ما يمكنه من مهارات بدنية ونفسية لأنه يواجه منافسة عالية، الأمر الذي يتطلب منه تقيماً وتنظيماً لأفكاره وإعماله وانفعالاته تنظيماً ذاتياً لأنه يؤثر بشكل كبير على تحقيق أي أداء مما يفقده الشعور بالقدرة على التقدم للأمام ومواجهة المخاوف ويكون إدراك النجاح قليل لديه مما يؤثر على مستوى أدائه وسلوكه خلال المنافسة. (٦: ٢٠٢)

تتمثل مشكلة البحث الحالي في عدم توافر معلومات كافية حول مستوى الكفاءة الذاتية العامة لدى لاعبي الكاراتيه بدولة الكويت، بما لا يتيح فرصاً كافية للمدربين والمهتمين بهذا الأمر للتعرف على أبعاد هذه المشكلة، كما أن القصور في المعلومات المرتبطة بمستوى الكفاءة الذاتية العامة للاعبين، قد تحول دون إمكانية تعميم التجارب الناجحة وتفعيلها، وقد تؤثر على المستوى البدني والمهاري والخططي لهؤلاء اللاعبين.

ومما سبق ومن خلال إطلاع الباحث -على حد علمه- على المراجع العلمية والدراسات السابقة تبين له ندرة البحوث التي تناولت الكفاءة الذاتية لدى لاعبي الكاراتيه بدولة الكويت.

هدف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على الكفاءة الذاتية لدى لاعبي الكاراتيه بدولة الكويت وذلك من خلال الاجابة عن التساؤل التالي:

١- ما مستوى الكفاءة الذاتية العامة لدى لاعبي الكاراتيه في دولة الكويت؟

التعريف ببعض المصطلحات الواردة في البحث:

١- الكفاءة الذاتية: Self-Efficacy

هي كل ما يعتقد الفرد أنه يملكه من إمكانيات، وقدرات، والتي تعد بمثابة مقياس، أو معيار لقدراته، وأفكاره، وأفعاله. وأنها توقع الفرد بأنه قادر على أداء السلوك الذي يحقق نتائج مرغوب فيها في موقف معين. (٤: ٢٥٢)

الدراسات المرجعية:

قام الباحث بالإطلاع على العديد من الدراسات المرجعية المرتبطة بمجال الدراسة الحالية ومن خلال ما توصل اليه من دراسات سوف يعرض الباحث الدراسات مرتبة من الأحدث للأقدم.

١- دراسة نافذ نايف يعقوب (٢٠١٢م) (١١) استهدفت التعرف على الكفاءة الذاتية المدركة وعلاقتها بدافعية الإنجاز والتحصيل الأكاديمي لدى طلاب كليات فرع جامعة الملك خالد ببيشة، المملكة العربية السعودية، واستخدم الباحث المنهج المسحي الوصفي، واشتملت عينة البحث على ١١٥ طالباً من طلاب كليات جامعة الملك خالد ببيشة، واستخدم الباحث مقياس الكفاءة الذاتية المدركة، ومقياس دافعية الإنجاز كأدوات لجمع البيانات، وكانت أهم النتائج أن مستوى الكفاءة الذاتية المدركة لدى طلاب كليات جامعة الملك خالد في بيشة كان متوسطاً، كما أشارت إلى وجود علاقة موجبة بين الكفاءة الذاتية المدركة ودافعية الإنجاز والتحصيل الأكاديمي.

٢- دراسة ناهده عبد زيد الدليمي (٢٠١٢م) (١٢) استهدفت التعرف على توقعات الكفاءة الذاتية العامة لدى الشباب المنتمين إلى منتديات الشباب في محافظة بابل، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي، وتكونت عينة البحث من (٢٤٠) شاباً من محافظة بابل، واستخدمت الباحثة استبيان توقعات الكفاءة الذاتية العامة كأداة لجمع البيانات، وكانت أهم النتائج أن الشباب المنتمين إلى منتديات شباب ورياضة بابل يتمتعون بكفاءة ذاتية عامة وبشكل واضح.

٣- دراسة أحمد العلوان، ورنده المحاسنة (٢٠١١م) (٢) استهدفت التعرف على الكفاءة الذاتية في القراءة وعلاقتها باستخدام استراتيجيات القراءة لدى عينة من طلبة الجامعة الهاشمية، واستخدم الباحثان المنهج الوصفي بالدراسات المسحية، وتكونت عينة الدراسة من (٣٩٨) طالباً وطالبة من طلبة البكالوريوس في الجامعة الهاشمية، واستخدم الباحثان مقياس الكفاءة الذاتية في القراءة ومقياس استراتيجيات القراءة كأدوات لجمع البيانات، وكانت أهم النتائج وجود علاقة بين الكفاءة الذاتية في القراءة واستخدام استراتيجيات القراءة لدى طلبة الجامعة الهاشمية.

٤- دراسة بارنس Barnes (٢٠١٠م) (١٨) استهدفت معرفة أثر الكفاءة الذاتية على التحصيل القرائي، تكونت عينة الدراسة من (١٣١) طالباً وطالبة، بواقع (١٠٠) طالب وطالبة من طلبة المدارس الثانوية في ولاية إلينوي الأمريكية، و (٣١) طالباً وطالبة من طلبة جامعة إلينوي الشمالية. واستخدم الباحث مقياس الكفاءة الذاتية للقراءة، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التحصيل في التحصيل القرائي تعزي إلى الكفاءة الذاتية في القراءة..

٥- دراسة شانق Shang (٢٠١٠م) (٢٨) استهدفت إلى معرفة أثر استخدام استراتيجيات القراءة على الكفاءة الذاتية، والعلاقة بين استخدام استراتيجيات القراءة والكفاءة الذاتية على الاستيعاب

القرائي، وتكونت عينة الدراسة من (٥٣) طالباً وطالبة، بواقع (١٧) طالباً و(٣٦) طالبة من طلبة جامعة شو (Shou) في اليابان. وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين استخدام استراتيجيات القراءة وإدراكهم لكفاءتهم الذاتية.

٦- دراسة **يوشنج ويانج Yusheng and Yang** (٢٠١٠م) (٢٩) استهدفت معرفة العلاقة بين الكفاءة الذاتية للقراءة واستخدام استراتيجيات القراءة، واستخدما الباحثان المنهج التجريبي، وتكونت عينة الدراسة من (١٨٢) طالباً وطالبة من طلبة جامعة الصين الجنوبية الغربية، ممن تراوحت أعمارهم بين (١٨ - ٢٢) سنة، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن الكفاءة الذاتية في القراءة ترتبط باستخدام استراتيجيات القراءة بشكل عام، واستراتيجيات ما وراء المعرفية، والمعرفية والاجتماعية العاطفية بشكل خاص.

٧- دراسة **أحمد الزق** (٢٠٠٩م) (١) استهدفت إلى معرفة مستوى الكفاءة الذاتية المدركة لدى طلبة الجامعة الأردنية في ضوء متغير الجنس والكلية والمستوى الدراسي، تألفت عينة الدراسة من (٤٠٠) طالب وطالبة من طلبة البكالوريوس في الجامعة الأردنية، أشارت النتائج إلى وجود فروق في مستوى الكفاءة الذاتية الأكاديمية يعزى للمستوى الدراسي، وأظهرت النتائج عدم وجود فروق في مستوى الكفاءة الذاتية الأكاديمية يعزى للجنس.

٨- دراسة **نيفيل Nevill** (٢٠٠٨م) (٢٢) استهدفت معرفة أثر الكفاءة الذاتية في القراءة وتنظيم المعرفة على التحصيل القرائي لدى عينة من طلبة المرحلة الأساسية المتوسطة، تكونت عينة الدراسة من (٨٤) طالباً وطالبة في الصفوف الرابع والخامس والسادس من طلبة المدارس في ولاية بنسلفانيا الأمريكية، أشارت نتائج الدراسة إلى أن الكفاءة الذاتية في القراءة والتنظيم المعرفي والتحصيل القرائي لدى طلبة المرحلة الأساسية المتوسطة.

٩- دراسة **ميلز وباجاريس وهيرون Mills, Paires, and Herron** (٢٠٠٦م) (٢١) استهدفت إلى فحص العلاقة بين الكفاءة الذاتية والقلق، والكفاءة الفرنسية في القراءة والاستماع، وتكونت عينة الدراسة من (٩٥) طالباً وطالبة بواقع (٢٩) طالباً، (٦٦) طالبة يمثلون مختلف المستويات الدراسية لمرحلة البكالوريوس في جامعة ايموري في ولاية جورجيا الأمريكية، وأشارت النتائج إلى ارتباط الكفاءة الذاتية في القراءة في اللغة الفرنسية لدى الطالب بالكفاءة القرائية وكذلك ارتباط الكفاءة السمعية لدى الاناث فقط، ويرتبط قلق الاستماع بالكفاءة في الاستماع لدى الجنسين.

التعليق على الدراسات السابقة:

١- ساعد الباحث على تحديد خطوات إجراء البحث مما جعله أكثر قدرة على تحديد مسار البحث وتوجيهه لتحقيق الأهداف المرجوة.

٢- التعرف على العديد من المراجع العربية والأجنبية والدراسات المختلفة المتعلقة بموضوع البحث مما أفاد الباحث بالإلمام بمفاهيم ومصطلحات البحث الأساسية والتي أفادت في تحديد العوامل الإفتراضية له.

٣- تحديد المنهج الملائم والمناسب لطبيعة وأهداف البحث.

٤- تحديد مجتمع وعينة البحث.

٥- تحديد أدوات جمع البيانات المناسبة للبحث.

٦- تحديد المعالجات الإحصائية المناسبة للبحث.

٧- التعرف على أهم النتائج المتوقعة من البحث الحالي.

طرق وإجراءات البحث:

منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي (الدراسات المسحية) وذلك لملائمته لطبيعة الدراسة.

مجتمع البحث:

يشمل مجتمع البحث علي لاعبي الكاراتية بدولة الكويت والبالغ عددهم (٢١٠) متمثلين

في ١٤ نادي.

عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية من مجتمع البحث بلغت (١٤٠ لاعباً).

أدوات جمع البيانات:

استخدم الباحث مقياس توقعات الكفاءة الذاتية العامة: تأليف رالف شفارتسر **Ralf**

Schwarzer ترجمة ياسر رضوان. (٣: ٥٦)

ويتألف المقياس في صيغته الأصلية من عشرة بنود يتطلب فيها من المفحوص اختيار امكانية الاجابة وفق متدرج يبدأ من (لا، نادراً، غالباً، دائماً) ويتراوح المجموع العام للدرجات بين (١٠، ٤٠) حيث تشير الدرجة المنخفضة إلى انخفاض الكفاءة الذاتية العامة والدرجة العالية إلى ارتفاع في الكفاءة الذاتية العامة، تتراوح مدة التطبيق بين (٣، ٧) دقائق، ويمكن اجراء التطبيق بصورة فردية أو جماعية.

تم تقنين المقياس على عينة استطلاعية بلغت (٢٠) لاعب من مجتمع البحث وخارج

العينة الأساسية وذلك لقياس مدى صلاحيته للتطبيق على عينة البحث.

واستخدم الباحث صدق الإتساق الداخلي للتأكد من أن المقياس يقيس ما وضع من أجله

وقد تراوح معامل الارتباط ما بين (٠,٧٧ : ٠,٩٠) وهي أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى

كما تأكد الباحث من ثبات المقياس بإستخدام طريقة التطبيق وإعادة التطبيق حيث تم تطبيق المقياس ثم أعيد تطبيقه بعد ١٥ يوماً وبلغ معامل الارتباط بين التطبيقين (٠,٩٨) وهي معاملات دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥. وبذلك أصبح المقياس جاهز للتطبيق على عينة البحث الأساسية.

عرض ومناقشة النتائج:

تحقيقاً لأهداف البحث ووصولاً للإجابة على تساؤله وفي حدود ما توصل إليه الباحث من بيانات من خلال التحليل الإحصائي يحاول الباحث عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها وفقاً لما يلي:
ما مستوى الكفاءة الذاتية العامة لدى لاعبي الكاراتية في دولة الكويت؟

جدول (١)

بـة المقدره والوزن النسبي والمتوسط الحسابي واتجاه عبارات مقياس الكفاءة الذاتية

الفقرة	دائماً	غالباً	نادراً	لا تنطبق	الدرجة المقدره	الوزن النسبي	المتوسط الحسابي	اتجاه العبارة
تحقيق هدف أسعى إليه فإني قادر على غاي.	٣٠	١٥٠	٤٥	١٥	٦٧٥	٧٠,٣١	٢,٨١	قوي
سأنجح في حل المشكلات الصعبة.	٧٥	١٢٠	٤٥	٠	٧٥٠	٧٨,١٣	٣,١٣	قوي
إياي.	٤٥	١٥٠	٣٠	١٥	٧٠٥	٧٣,٤٤	٢,٩٤	قوي
غير المتوقعه.	٣٠	٩٠	١٢٠	٠	٦٣٠	٦٥,٦٣	٢,٦٣	قوي
الأحداث حتى لو كانت هذه مفاجئة لي.	٤٥	١٠٥	٧٥	١٥	٦٦٠	٦٨,٧٥	٢,٧٥	قوي
أستطيع دائماً الإعتماد على قدراتي الذاتية.	٦٠	١٥٠	٣٠	٠	٧٥٠	٧٨,١٣	٣,١٣	قوي
مع ذلك.	٧٥	١٥٠	١٥	٠	٧٨٠	٨١,٢٥	٣,٢٥	قوي جدا
	١٥	١٦٥	٦٠	٠	٦٧٥	٧٠,٣١	٢,٨١	قوي
ن كيفية التعامل معه.	٦٠	١٢٠	٤٥	١٥	٧٠٥	٧٣,٤٤	٢,٩٤	قوي
عامل مع المشكلات التي تواجهني.	٦٠	١٥٠	٣٠	٠	٧٥٠	٧٨,١٣	٣,١٣	قوي

الوزن النسبي لفقرات استبيان المهارات الكفاءة الذاتية العامة لعينة البحث ترواح ما بين (٦٥,٦٣، ٨١,٢٥)، والمتوسط (٢,٦٣، ٣,٢٥).

كما يتضح أن العبارة (مهما يحدث فإني أستطيع التعامل مع ذلك) حصلت على أعلى وزن نسبي في استجابات العينة بلغ (٨١,٢٥%) وكان اتجاهها (قوي جدا)، بينما العبارة (أعرف كيف أتصرف مع المواقف غير المتوقعة) أقل العبارات في استجابات أفراد العينة على الرغم من أنها حققت وزن نسبي بلغ (٢,٦٣%) باتجاه (قوي).

ويرى الباحث أن الكفاءة الذاتية تحظى بدور هام في معرفة درجة التأثير على أداء اللاعبين وعُد من العوامل الحاسمة في انجاز أقصى أداء ولا سيما في المجال الرياضي.

وتشير في هذا الصدد نبراس آل مراد (٢٠٠٨م) إلى أن الكفاءة الذاتية هي درجة اقتناع الرياضي بقدرته على تحقيق الفوز والوصول للنتائج المرجوة، وذلك نتيجة إدراكه لامكانياته العقلية والجسمية والاجتماعية، والإنفعالية، والعصبية الفسيولوجية والمهارية، فضلاً عن مستوى ردود أفعاله الخاصة بالمهمة، ومدى ثقته في هذا الإدراك واستبصاره بإمكاناته وحسن استخدامها. (١٣: ٢٥١)

ويؤكد ذلك **دانييل جولمان (٢٠٠٠م)** أن للكفاءة الذاتية دوراً في اعتقاد الفرد بقدرته على السيطرة على مجريات حياته ومواجهة ما يقابله من تحديات ولا شك في أن تنمية الكفاءة - أيّاً كان نوعها - يعزز الاحساس بالجدارة الذاتية ويجعل الانسان أكثر رغبة في المخاطرة والسعي إلى مزيد من التحديات، وعندما يتغلب المرء على هذه التحديات يزداد إحساسه بقوة كفاءته الذاتية. (٥: ١٣٣)

وأكدت نتائج دراسة **نبراس آل مراد (٢٠٠٨م)** أن الرياضيين يمتلكون مستويات ايجابية بصفة عامة في الكفاءة الذاتية وتعزو هذه النتيجة إلى ما يتميز به الرياضيين بصفة عامة من سمات شخصية رياضية مثل الثقة بالنفس والمثابرة وبذل أقصى جهد والإصرار على تحقيق الأهداف كل هذه السمات تعمل على تكوين معتقدات ايجابية عالية في الكفاءة الذاتية. (١٣: ٢٧٤)

ويؤكد ذلك **عبدالمعظم حسيب (٢٠٠١م)** على أن الأفراد ذوي المستويات المرتفعة في الكفاءة الذاتية يتصفون بالثقة بالنفس والمثابرة والاصرار على العمل ويعتبر الإحساس بالكفاءة الذاتية محددًا هاماً لنجاح الفرد أو فشله في مختلف المهام التي يضطلع بها. (٨: ١٢٥)

الاستنتاجات:

في ضوء أهداف البحث وتساؤله وفي حدود العينة والمنهج المستخدم والمعالجات الإحصائية والنتائج التي توصل إليها الباحث أمكن التوصل إلى الإستخلاصات التالية:

١- مستوى الكفاءة الذاتية جاء في المستوى العالي في مقياس توقعات الكفاءة الذاتية العامة للاعبين.

٢- تمتع لاعبي الكاراتيه بدولة الكويت بكفاءة ذاتية عامة وبشكل واضح.

٣- اتجاه عبارات المقياس تراوح بين الاتجاه القوى والقوى جداً.

التوصيات:

في ضوء ما أظهرته نتائج هذه الدراسة يوصي الباحث بالتوصيات التالية:

١- ضرورة الاهتمام بالجانب النفسي وبالأخص المتعلق بالشخصية للرياضيين أسوة بالجوانب البدنية والمهارية والتربوية.

٢- بناء برامج تدريبية لتنمية مستوى الكفاءة الذاتية لدى اللاعبين.

٣- إجراء دراسة مشابهة لفئات عمرية أخرى وللجنس الآخر (الإناث) تضم جوانب الدراسة الحالية.

٤- دراسة علاقة الكفاءة الذاتية بمتغيرات أخرى تسهم في رفع مستوى اللاعبين.

المراجع العربية:

- ١- أحمد الزق: الكفاءة الذاتية الأكاديمية المدركة لدى طلبة الجامعة الأردنية في ضوء متغير الجنس والكلية والمستوى الدراسي، مجلة العلوم والتربية والنفسية، ١٠ (٢) (٣٨-٥٨)، ٢٠٠٩م
- ٢- أحمد العلوان، ورنده المحاسنة: الكفاءة الذاتية في القراءة وعلاقتها باستخدام استراتيجيات القراءة لدى عينة من طلبة الجامعة الهاشمية، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، مجلد ٧، عدد ٤، ص (٣٩٩ - ٤١٨)، ٢٠١١م.
- ٣- أحمد عبداللطيف أبو أسعد: دليل المقاييس والاختبارات النفسية والتربوية، الجزء الأول، مقاييس الصحة النفسية ومقاييس المشكلات والاضطرابات، الطبعة الثانية، مركز ديونو لتعليم التفكير، عمان، ٢٠١١م.
- ٤- جابر عبدالحميد جابر: نظريات الشخصية (البناء، الديناميات، النمو، طرق البحث، التقويم)، دار النهضة العربية، ١٩٩٠م.
- ٥- دانييل جولمان: الذكاء العاطفي، ترجمة ليلى الجبالي، عالم المعرفة، الكويت، ٢٠٠٠م.
- ٦- عباس مهدي صالح، محسن محمد حسن: السلوك التنافسي وعلاقته بالأداء المهاري والانجاز للاعبي الكاراتيه الناشئين، مجلة علوم التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل، العدد الأول، المجلد الخامس، ٢٠١٢م.
- ٧- عبدالمنعم احمد الدردير: الذكاء الوجداني لدى طلاب الجامعة وعلاقته ببعض المتغيرات المعرفية والمزاجية، عالم الكتب، القاهرة، ٢٠٠٤م.
- ٨- عبدالمنعم عبدالله حسيب: المهارات الاجتماعية وفاعلية الذات لطلاب الجامعة المتفوقين والعاديين والمتأخرين دراسياً، مجلة علم النفس، العدد ٥٩، ٢٠٠١م.
- ٩- فتحي مصطفى الزيات: علم النفس المعرفي مداخل ونماذج وتطبيقات، دار النشر للجامعات، القاهرة، ٢٠٠١م
- ١٠- محمد السيد عبدالرحمن: نظريات الشخصية، دار قباء، القاهرة، ١٩٩٨م.
- ١١- نافذ نايف يعقوب: الكفاءة الذاتية المدركة وعلاقتها بدافعية الإنجاز والتحصيل الأكاديمي لدى طلاب كليات فرع جامعة الملك خالد ببيشة، المملكة العربية السعودية، مجلة العلوم التربوية والنفسية، المجلد ١٣، العدد ٣، سبتمبر ٢٠١٢م.
- ١٢- ناهده عبد زيد الدليمي: توقعات الكفاءة الذاتية العامة للشباب المنتمين إلى منتديات الشباب، مجلة علوم التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل، العدد الرابع، المجلد الخامس، بابل، العراق، ٢٠١٢م.

- ١٣- نبراس يونس محمد آل مراد: **بناء وتطبيق مقياس الكفاءة الذاتية لدى الرياضيين**، مجلة جامعة تكريت للعلوم الانسانية، المجلد (١٥)، العدد (١١)، العراق، ٢٠٠٨م.
- ١٤- هشام ابراهيم عبدالله، عصام عبداللطيف عبدالهادي العقاد: **الذكاء الوجداني وعلاقته بفاعلية الذات لدى عينة من طلاب الجامعة**، مجلة علم النفس والعلوم الإنسانية، كلية الآداب، جامعة المنيا، المنيا، ٢٠٠٩م.

المراجع الأجنبية:

- 15- Bandura, A.: **Self-efficacy**, In V. S. Ramachandran (Ed.), Encyclopedia of human behavior (Vol. 4, pp. 71-81), New York: Academic Press, 1994
- 16- Bandura, A.: **Self-Efficacy: The Exercise of Control**, NY: Freeman, 1997
- 17- Bandura, A.: **The explanatory and predictive scope of self-efficacy theory**, Journal of Clinical and Social Psychology, 4, 359-373, 1986
- 18- Barnes, M.: **The Influences of Self-Efficacy on Reading Achievement of General Educational Development (GED) and High School Graduated Enrolled in Developmental Reading Skills Courses in an Urban Community College System**, Unpublished Doctoral Dissertation, Northern Illinois University, U.S.A, 2010
- 19- Barry J. Zimmerman: **Self-Efficacy: An Essential Motive to Learn**, Contemporary Educational Psychology 25, 82-91, 2000, available online at <http://www.idealibrary.com>
- 20- Brinter, S., and Pajares, F.: **Sources of Science Self-Efficacy Beliefs of Middle School Students**, Journal of Research in Science Teaching, 43, 485-499, 2006
- 21- Mills, N., Pajares, F., and Herron, C.: **A Reevaluation of the Role of anxiety Self-Efficacy, Anxiety, and their Relation to Reading and Listening Proficiency**, Foreign Language Annals, 39(2), 276-295, 2006
- 22- Nevill, M.: **The Impact of Reading Self-Efficacy and the Regulation of Cognition on the Reading Achievement of an Intermediate Elementary Sample**, Unpublished Doctoral Dissertation, Indiana University, 2008
- 23- Pajares, F., Johnson, M., and Usher, E.: **Source of Writing Self-Self efficacy Beliefs of Elementary, Middle, and High School Students**, Research in the teaching of English, 42, 104-120, 2007
- 24- Pajares, F.: **Overview of Social Cognitive theory and Self-Efficacy**, Educational and Psychological Measurement, 68(3), 443-463, 2005
- 25- Schunk, D., Meece, J.: **Self-Efficacy Development in Adolescent**. In F. Pajares and T. Urdan, (Eds.), Self-efficacy beliefs of adolescent, (pp.71-91), Greenwich, CT: Information Age Publishing, 2006

- 26- Schunk, D.: **Self- Efficacy and Academic Motivation**, Educational Psychologist, 26:207-231, 1991
- 27- Schunk, D.: **Self-Efficacy for Reading and Writing: Influence of Modeling, Goal Setting, and Self-Evaluation**. Reading and Writing Quarterly, 19, 159-172, 2003
- 28- Shang, H.: **Reading Strategy Use, Self-Efficacy and EFL Reading Comprehension**, ASIAN EFL Journal, 12(2), 18-42, 2010
- 29- Yusheng, L., and Yang, W.: **An Empirical Study of Reading Self-Efficacy and the Use of Reading Strategies in the Chinese EFL Context**, ASIAN EFL Journal,12(2),144-162, 2010
- 30- Zimmerman, B., Cleary, T.: **Self –Efficacy Beliefs of Adolescents**. Greenwich, Adolescents' Development of Personal Agency. In Pajares, F. and Urdan, T. (Eds), CT: Information Age Publishing, 2006

مراجع شبكة المعلومات الدولية:

- 31- <http://drsafaa-socialstudies.tech.com/articles.php?id=41>