

الخوف من الفشل وعلاقته بالثقة بالنفس لدى طلاب كلية التربية يفرن - جامعة الزنتان

د. عمر العربي الحاج محمّد عمر - كلية التربية يفرن - جامعة الزنتان.

المخلص :

تهدف هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الخوف من الفشل وعلاقته بالثقة بالنفس لدى طلاب كلية التربية يفرن جامعة الزنتان. ولتحقيق ذلك اعتمد الباحث المنهج الوصفي، وتكونت عينة بحثه من 50 طالباً منهم 25 ذكورا و 25 إناثا، وتم اختيار عينته بالطريقة العشوائية البسيطة وقد طبق عليهم: مقياس الثقة بالنفس من إعداد سيدني شروجر. ومقياس الخوف من الفشل من إعداد محمد عبد التواب. واستخدم الباحث الأساليب الإحصائية كاختبار الدلالة ت لعينة واحده معامل ارتباط بيرسون والمتوسط الحسابي والانحراف المعياري.

وقد توصل الباحث في دراسته إلى نتائج تشير إلى أن عينة بحثه تتميز بسمة الثقة بالنفس وتشعر بشيء من الخوف من الفشل وهو خوف مجهول، وتركزت التوصيات على دعوة الطلاب إلى الانخراط في البرامج الثقافية والرياضية وتوجيه أعضاء التدريس بالكلية لاتباع الأساليب التي من شأنها تعزيز الثقة بالنفس للطلاب داخل الكلية.

الكلمات المفتاحية : الخوف من الفشل - الثقة بالنفس - طلاب المرحلة الجامعية.

مقدمة

يعيش الإنسان في هذه الحياة ظروفًا ومواقف متباينة ومتغيرة، تساهم في تشكيلها عوامل كثيرة تعبر من خلال حياته العملية المستمرة تسمى التوافق النفسي للشخص الاجتماعي، حيث يحتاج فيها إلى امتلاكه للثقة بنفسه والتي ترتبط بالشعور بالاستقلال وبالفردي وإحساس الفرد بمسؤوليته عن عواقب تصرفاته وانفعالاته والقدرة على بذل الجهد من خلال الطريق الذي يسلكه لتحقيق أهدافه دون الشعور بالاضطراب أو الإحباط أو الشعور بالتردد، وغياب هذه الثقة يزرع في النفس قلقاً واضطراباً انفعالياً، ويفقدها الثقة بالآخرين والفشل في إقامة علاقات حميمة معهم، ومن سمات الواثق بنفسه أن يعرف من هو وماذا يريد، وأن يدرك كفاءاته ومهارته ويثق بها، وأن يكون قادراً على التفاعل مع الآخرين ومع الأحداث والمواقف دون أن ينسحب من مواجهتها، وقادراً على الاستفادة الذاتية بحيث يستفيد من تجاربه وخبراته، وأن يكون مؤكداً لذاته بصورة سليمة، وأن لا يتصف بالسلبية أو الانعزالية، أما الشخص الذي يفقد الثقة بنفسه فقد

يؤدي إلى إحساسه بعدم الأمان من أمور عديدة، حيث ينتابه القلق وهو إنذار في الموقف شديد الدافعية مع عدم القدرة على التركيز والعجز في الوصول إلى حل مثمر، مما يشعر الفرد بالتوتر والاضطراب حيث يهدد كيانه واستقلاله، والفشل في الوصول إلى ما يصبو إليه قد يشعره بعدم القدرة على الحصول على ما يريده، وبالتالي يولد لديه شعوراً بالدونية وبعدم الجدوى وانخفاض تقديره لنفسه وقدراته.

المبحث الأول - مشكلة البحث وأسئلتها :

مشكلة البحث:

احتلت الثقة بالنفس اهتماماً خاصاً لدى علماء النفس من أجل تنشئة إنسان قادر على تحمل مسؤولياته أمام تحديات الواقع، والثقة بالنفس تتركز أهميتها في كونها تساعد في إعداد إنسان قادر على قيادة المجتمع ويكون شخصاً متكاملأً، نفسياً، واجتماعياً، ومتوازناً وبعيدا عن الاضطرابات الانفعالية كالقلق والخوف فهي اضطرابات مرتبطة بالبيئة، فالخوف مثلا الناشئ عن غلاء المعيشة ونقص الفرص المتاحة للعمل والمشكلات الاقتصادية كثيراً ما يدفع إلى القلق، والخوف من الفشل يعلب دوراً كبيراً في فقدان الثقة لدى الإنسان فالاستقرار النفسي أو العاطفي، وثقه الشخص بنفسه تعتبر مؤشراً على تفوقه، ونجاحه في الحياة أما ضعف الثقة بالنفس فيجعل الشخص يتردد في القيام بمهمة ما أو حل مسألة ما، والخوف من الفشل يسيطر على عقل الإنسان ويكون حائلاً بينه وبين تحقيق الأهداف التي يسعى إلى تحقيقها.

وتأسيساً على ما سبق يمكن صياغة مشكلة البحث في السؤال الرئيس التالي:

هل توجد علاقة بين الخوف من الفشل والثقة بالنفس لدى طلاب كلية التربية بفران؟

أهمية البحث:

تتضح أهمية البحث في الآتي:

- 1- تسليط الضوء على إحدى السمات الشخصية المهمة التي تدفع إلى الانجاز والكفاءة.
- 2- تقديم مادة نظرية حول الخوف من الفشل والثقة بالنفس يمكن أن تقيد مستقبلاً في بلورة مواضيع مشابهة.
- 3- يمكن أن يقدم البحث تقديراً لأسباب الكامنة وراء الخوف من الفشل لدى عينة من كلية التربية بفران قد يستفاد منها علمياً في تشخيص وعلاج هذا الاضطراب.

أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى:

- 1- التعرف على الخوف من الفشل لدى طلاب كلية التربية يفرن.
 - 2- التعرف على الثقة بالنفس لدى طلاب كلية التربية يفرن.
 - 3- التعرف على الفروق في الخوف من الفشل وفقاً لمتغير الجنس (ذكور - إناث)
 - 4- التعرف على الفروق في الثقة بالنفس وفقاً للمتغير الجنس (ذكور - إناث).
- أسئلة البحث - لتحقيق أهداف البحث وضع الباحث الأسئلة الآتية:**
- 1- هل يعاني أفراد عينة البحث الخوف من الفشل؟
 - 2- هل يتسم أفراد عينة البحث بالثقة بالنفس؟
 - 3- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) في الخوف من الفشل ترجع إلى متغير الجنس؟
 - 4- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) في الثقة بالنفس ترجع إلى متغير الجنس؟
 - 5- هل توجد علاقة دلالة إحصائية بين الخوف من الفشل والثقة بالنفس لدى عينة البحث؟
- حدود البحث:**

يقتصر البحث الحالي على دراسة العلاقة بين الخوف من الفشل والثقة بالنفس لدى طلبة كلية التربية يفرن للعام الجامعي (2020/2019) .

مصطلحات البحث:

- 1- **الخوف من الفشل:** "هو حالة كآمنة من عدم الرضا أو عدم الشعور بالراحة والارتياح⁽¹⁾"
"هو الميل نحو كبت شعور الخوف من الفشل لتجنب الألم⁽²⁾"
التعريف الإجرائي: هو درجة استجابة طلاب الكلية على فقرات مقياس الخوف من الفشل. -إعداد (سيربني).
- 2- **الثقة بالنفس:** "هي سمة شخصية يشعر معها الفرد بالكفاءة والقدرة على مواجهة العقاب والظروف المختلفة مستخدماً أقصى ما تتيحه له إمكانياته وقدراته لتحقيق أهدافه المرجوة⁽³⁾"
"هي ما تعكسه إمكانيات الفرد وقدراته في الاعتماد على نفسه من أجل تدبر أمره وتحقيق أهدافه وإشباع حاجاته، وتقبله لذاته كما هي، وعدم الشعور بالنقص والدونية أمام الآخرين⁽⁴⁾"
التعريف الإجرائي: هو درجة استجابة طلاب الكلية على فقرات مقياس الثقة بالنفس - من إعداد محمد عبدالتواب.

المبحث الثاني - الإطار النظري والدراسات السابقة:

أولاً - الخوف من الفشل:

أ- المفهوم: الخوف من الفشل قد يكون أحياناً مجرد أعراض الشعور بالعجز أو الإحساس بالنقص، ومعنى ذلك أنه حينما يتزايد إحساس الفرد بحالة الخطر، أو حينما يخيل إليه أن الخارج لابد بالضرورة أن يكون أقوى من الداخل، فهنا لابد للخوف من الفشل من أن يكون من ثمره لهذا الشعور بالعجز بيولوجياً أو عقلياً أو غير ذلك. وقد شرح "فرويد" معنى الحظ وعلاقته بالشعور فذكر أن حالة الخطر تتكون من تقدير الشخص لقوته بالنسبة إلى مقدار الخطر ومن اعترافه بعجزه بديناً إذا كان الخطر موضوعياً وعجزاً نفسياً إذا كان الخطر غريزاً⁽⁵⁾.

ويعد الخوف رد فعل طبيعي لمواقف غير طبيعية، وكذلك فإن الخوف يشير إليه بعض المختصين في العلوم النفسية على أنه شعور الفرد بالارتباط والإحراج من المواقف التي تواجهه في الحياة أو من مقابلة أشخاص جدد في حياته، إذن الخوف انفعال أساسه فطري مرتبط ارتباطاً وثيقاً بالمحافظة على البقاء، فالخوف سمة تتأثر بمتغيرات الوسط الذي يعيش فيه الإنسان كالعادات والتقاليد والثقافة الاجتماعية وغيرها، وهي تحدث تأثيراً على نفسية الشخص فتجعله غير قادر على التكيف الاجتماعي والجماعي والاختلاط بالناس⁽⁶⁾.

والخوف انفعال يحدث عند استجابة الفرد لمثيرات محددة كالانسحاب أو الهروب من الواقع، أو هو إحساس بالقلق والخشية من المستقبل دون سبب معين يدعو للخوف مرادف القلق إلا أن الخوف استجابة لخطر محدد بينما القلق استجابة لخطر غير محدد⁽⁷⁾ وترى ألفت حقي (2001م) أن مفهوم الخوف هو تعرض الفرد لإحساس خاص بالتهديد، وللخوف أربعة متغيرات وهي:

1- **العناصر المعرفية:** وهي أن يدرك الفرد أن الموقف المقبل يحتوي على إمكانية إيذائه النفسي كأن نقابل كلباً هائجاً عند منعطف الطريق فجأة وكأن يطلب منك أستاذك الإجابة عن سؤال يخص ما شرحه، بينما كنت تتكلم مع جارك فالحالة الأولى تصور الخوف من الأذى الجسدي، بينما الثانية تصور الخوف من الأذى النفسي.

2- **العناصر الجسمية:** إن الاستجابات الجسمية المتصلة بالخوف تنقسم إلى فئتين الأولى تخص المتغيرات الخارجية، والثانية تنبع من المتغيرات الداخلية التي تنجم عن خبرة الخوف.

3- العناصر الانفعالية: إن الاستجابات الانفعالية في الخوف توأكب الجسمية ومنها الرهبة، والترقب، والغثيان، والرعدة، وتقلص المعدة في كل الحالات وكل ما يشعر به الفرد الخائف من هذه المتغيرات الانفعالية فقط؛ لأنه نادراً ما يلتفت إلى ما يحدث داخل جسمه أو خارجه.

4- العناصر السلوكية: إن الاستجابات السلوكية تقع تحت قسمين رئيسين يختلفان تماماً عن بعضهما وهما: (المواجهة والهرب)، وللمواجهة جذور معرفية قوية؛ لأن الخائف يزن الموقف وقدراته جيداً واختيار موقف الأقدام على المواجهة، وأما الهرب فينقسم إلى نوعين مختلفين: الهروب فعلاً أو التحاشي، واستجابة الهروب تعني الشيء أو الاتجاه بعيداً تماماً أما استجابة التحاشي فتعني أن الفرد يتلقى ملاقاته الشيء أو موقع الخوف⁽⁸⁾

ب- أنواع الخوف:

الخوف غريزة كامنة في الحياة الإنسانية فإن الخبرات التي يتعرض لها الإنسان منذ طفولته لها دور في كسب المعرفة بالأسباب التي تثير هذه الغريزة وتوقظها من أعماق التكوين النفسي ومن أهم أنواع الخوف:

1- الخوف الطبيعي: وهو الخوف العادي بسبب شعور الطفل بانتقاله فجأة من بيئة البيت إلى بيئة جديدة لم يألفها من قبل مثل المدرسة، وهي عالم مجهول بالنسبة له يلتقي فيه أشخاصاً جُدد لا يعرفهم ولم يعتد عليهم، ومن الطبيعي أن يخاف الطفل في مثل هذا الموقف.

2- الخوف المرضي : وهذا ينتج عن ارتباط الطفل بالبيت بصورة مبالغ فيها بسبب تعلقه بالوالدين أو تدليلهم له أو ينتج عن تعرض الطفل لموقف سلبي في المدرسة كالإحراج والعقاب البدني أو النفسي أو عند وجود عوامل تخويف أخرى في المدرسة كالصراخ، أو الإهانة أمام الأصدقاء أو قسوة المعلمة واستخدام العصا⁽⁹⁾.

ج- أسباب الخوف:

ينشأ الخوف عند الإنسان لأسباب متنوعة، وفي دراسة أسباب الخوف، يتعرض لمشكلات تربوية وحضارية متنوعة تلعب دوراً أساسياً في الخوف البشري منها:

1- الخوف ينتقل من الآباء والأمهات إلى الأبناء عن طريق الإيحاء والمشاركة الوجدانية فيولد الطفل ويحصل على انعكاسات من تصرفات والديه، فمجرد ولادة الطفل وكيف الوالدان حركاته، متى ينام ومتى يستيقظ، أين يذهب، وأين لا يذهب هذا ممنوع، وهذا غير ممنوع كل هذا يصور الحجم الحقيقي لمخاوف الوالدين وانعكاساتها على حياة الطفل،

فالآباء والأمهات العقلاء يربون الخوف الحقيقي بدل من أن يربوا الخوف غير الحقيقي في أبنائهم، كما أن معاملة الوالدين للأبناء عندما يخطئون تترك فيهم انطباعات قوية وغرانتهم عند الخطأ له قوة رائعة في تنمية الشخصية أكثر من العقاب .

2- يرتبط الخوف بضعف الثقة بالنفس، وضعف الروح الاستقلالية، إحساس الإنسان بالنقص، يجعله يفقد الأمن، كثير من الغيرة الموجودة في المجتمع الناشئة عن سبب واقعي أو لأسباب خيالية وهمية، فالطفل المدلل هو الطفل الذي يأخذ اهتماماً زائداً من الوالدين، يكون ناشئاً من قلقهما عليه في كل حياته، وينشأ عنده نتيجة لذلك حساسية شديدة، ويهتم بنفسه جداً.

3- الخوف من صفة الانتشار: ينتقل الخوف بسرعة بين الناس لارتباطه بالتقاليد والعادات، فإن ظهرت نشرة صحية تقول إنه بين كل خمسة أشخاص يموت شخص واحد بالسرطان، وأن اتجاهاته الفكرية تنتقل بين مجموعة متقاربة من الناس بسرعة هائلة(10).

د- أهم النظريات التي فسرت الخوف من الفشل:

1- النظرية السلوكية (1954م): فسرت هذه المدرسة حالات الخوف نتيجة للارتباط الزمني والمكاني المتكرر في ظروف انفعالية تثير الخوف، وكان أول من حاول تفسير الخوف على الأساس الشرطي المثيرات هو العالم السلوكي (واطسون) رائد المدرسة السلوكية(11)

وإذا كانت المدرسة السلوكية قد أكدت على أن الخوف شعور داخلي وانفعالي يتعلمه الطفل نتيجة لمؤثرات البيئة المحيطة به وأساليب التعليم، فإن الرعاية التي يتلقاها الأطفال من خلال المعتقدات والقيم والاعتبارات السائدة في المجتمع تقوم بدور كبير في تعلم هذه المخاوف.

2- النظرية الغرائزية: تؤكد هذه النظرية على أن الخوف شعور واستعداد غريزة كامنة في البناء النفسي والبدني للطفل، إن الشعور بالخوف يعقب نضج المراكز الحسية في المخ وأجزاء من الجهاز العصبي المركزي قد ينتابه الرهبة المفاجئة إذا توازنه أو تعرض لاحتمال السقوط من مكان مرتفع أو سمع صوتاً عالياً مفاجئاً.(12)

ثانياً: الثقة بالنفس:

المفهوم: تعد سمة الثقة بالنفس من إحدى الخصائص الانفعالية الهامة التي تلعب دوراً أساسياً في حياة الأفراد، وفي تحقيق توافقهم النفسي والاجتماعي، ويشير علماء النفس والباحثون إلى أن الثقة بالنفس تبدأ بالنمو منذ السنين الأولى في حياة الفرد عن طريق

علاقة الفرد بوالديه مرحلة التنشئة الاجتماعية، وخصوصاً الأم التي قد تمنح الفرد الرعاية والاهتمام والإحساس بالأمان بمن حوله.

ويرى عبد الله (2004) أن الثقة بالنفس غاية ينشدها الناس بغض النظر عن الفروق في أجناسهم وطبقاتهم الاجتماعية والاقتصادية؛ لأن من يتمتع بها يشعر بالسعادة والرضا، ويسعى إلى التقدم دائماً، فهي تمثل دوراً هاماً في حياة الفرد، وعاملاً من عوامل النمو الانفعالي والاستقرار النفسي، والشعور بالكفاءة والقدرة على مواجهة الصعاب.

تعددت التعريفات وإن كانت جميعها قد جاءت لتؤكد ارتباط الثقة بالنفس بالصحة النفسية التي تميز الشخص الواثق من نفسه من غيره من الناس⁽¹³⁾

وتشير وداد الوشلي (2007م) إلى أن الثقة بالنفس هي إحدى سمات الشخصية الأساسية التي يبدأ تكوينها منذ نشأة الفرد، وترتبط ارتباطاً وثيقاً بتكيف الفرد نفسياً واجتماعياً، وتعتمد اعتماداً كلياً على مقوماته العقلية والجسمية والنفسية والاجتماعية.

ب- أهمية الثقة بالنفس : تكمن أهمية الثقة بالنفس في عدة أمور، فالإنسان الواثق من نفسه لديه نوع من التحفيز الذاتي الذي يدفعه للعمل بقوة للوصول لأهدافه ولتحقيق أحلامه وبالتالي يكون متصالحاً مع نفسه والآخرين، وتنعكس ثقته بنفسه على الآخرين فذلك يعطي العديد من المزايا للشخص منها:

- 1- ثقة الأشخاص به وإتباع منهجيته مع أسرته وأصدقائه مما سيجعل منه قدوة للآخرين.
- 2- القدرة على إنجاز الأعمال حيث إن الشخص الواثق من نفسه عندما يتعامل مع عمله بحماس وثقة يشجع الآخرين على الإنجاز، وبالتالي يشعرهم أيضاً بالثقة.
- 3- جعل الشخص الواثق يظهر بمظهر القادر على القيام بأي شيء في وقته وقدرته على العمل والتصرف واتخاذ القرارات تجعله في موضع ثقة.
- 4- توفير الجهد والوقت والطاقة حيث إن الشخص الواثق من نفسه يكون قادراً على منح الثقة للآخرين، وتحفيزهم للقيام بأفضل أداء. ⁽¹⁴⁾

ج- مستويات الثقة بالنفس: تظهر الثقة بالنفس على مستويين أحدهما نقيض الآخر، فالأول مستوى مرتفع الثقة بالنفس يتضح من خلال كفاءة الفرد في التصرف أثناء المواقف المختلفة مما يؤثر في صحته النفسية وتكيفه الاجتماعي. ويذكر لاحق (2004م) أن للثقة بالنفس مظاهر وعلامات من خلالها نستطيع تمييز الشخص الواثق من نفسه أو مدى ثقة الشخص بنفسه من عدمها، فالثقة بالنفس تظهر في إحساس الفرد بالثقة شخصياً،

ومهنياً وبقدراته ومهارته وخبراته الجديدة وتقبل الآخرين له وثقتهم فيه، والشخص الواثق من نفسه تتوفر لديه القدرة على التوافق مع ظروف المستقبل. بينما تشير وداد الو شلي (2007م) إلى أن ظهور هذه السمة النفسية في الشخصية لها اتجاهان الأول: إيجابي بحيث تساعد هذه السمة الشخصية على الاتزان والتفاعل ضمن المجتمع، والاتجاه الثاني: سلبي يجعل الشخصية ضعيفة وبعيدة عن الاتزان والتفاعل داخل المجتمع، فالإيجابي يعني وجود الثقة بالنفس بشكل عال، والسلبي يعني وجود الثقة بالنفس بشكل منخفض.

د-مظاهر الثقة بالنفس:

صنف "جيفورد" مظاهر الثقة بالنفس إلى :

- الشعور بالكفاية.
 - الاتزان الانفعالي .
 - الشعور بالرضا عن الأحوال والخصائص الشخصية⁽¹⁵⁾
- ويرى يحيى الطائي (2007م) أن العلاقة بين الثقة بالنفس، والتكيف علاقة متبادلة بحيث يؤدي التكيف الفعال إلى تنمية الثقة بالنفس، كما أن الثقة بالنفس تجعل الفرد فعالاً في تكيفه، ولضعف الثقة بالنفس تأثير ضار على تكيف الفرد إذ تجعله مقيداً في تصرفاته الشخصية وتفاعلاته الاجتماعية بحيث يكون أداؤه دون مستوى قدراته (17). (الطائي، 2007: ص 113).

- ويرى أبو علام (1978م) أن الشخص المتمتع بالثقة العالية في نفسه يتميز بما يلي:
- 1- الإحساس بالقدرة على مواجهة مشكلات الحياة في الحاضر والمستقبل والقدرة على البث في الأمور، واتخاذ القرارات وتنفيذ الحلول، مقابل الإحساس بالعجز عن المواجهة للمشكلات والاعتماد على غيره في الأمور العادية.
 - 2- الشعور بالأمن مع الأقران والمشاركة الإيجابية، مقابل الشعور بالخوف والارتباط والخجل في المواقف الاجتماعية.
 - 3- الشعور بالأمن عند مواجهة الكبار والتعامل معهم والثقة بهم.
 - 4- الترحيب بالخبرات والعلاقات الجديدة، مقابل الشعور بالخوف والارتباط والخجل في المواقف الاجتماعية⁽¹⁶⁾.

ويرى العنزي أن مظاهر ضعيف الثقة بالنفس تتمثل فيما يلي:

- 1- الإحساس بالعجز عن مواجهة المشكلات والاعتماد على غيره في الأمور العادية.
- 2- الميل إلى التردد والتراجع.

3- الحساسية للنقد الاجتماعي، والشك في أقوال الآخرين.

4- الخوف من المنافسة والشعور بنقص التنافسية⁽¹⁷⁾.

هـ - أهم النظريات التي فسرت الثقة بالنفس:

توجد نظريات تناولت الثقة بالنفس منها:

1- نظرية التحليل النفسي: يرى فرويد (1880م) رائد التحليل النفسي أن الجهاز النفسي الذي قدمه يوضح الأهمية السيكلوجية، ومكونات الجهاز النفسي (الهو ، الأنا، الأنا الأعلى) حيث توضح الرغبة الداخلية والحمية الغريزية لدى كل إنسان من أجل أن يكون على درجة عالية من الثقة بالنفس وتؤهله لمواجهة كل صراعاته وتحقيق السواء والتوافق، وجاء (أدلر) بإسهاماته التي ركزت على مفاهيم الاهتمام الاجتماعي كالشعور واللاشعور التي تشكل في مجملها هدفاً يسعى الفرد للنضال والسعي من أجل الكمال والتفوق، ولذلك فإن الثقة بالنفس تأتي من خلال شعورنا بالنقص وكل إنسان له أسلوبه الخاص الذي ينتهجه ليصل إلى التحقيق النفسي والاجتماعي المتفوق وهذا الأسلوب الذي ينتاب كل فرد أطلق عليه (أدلر) "أسلوب الحياة " يتأثر بالتركيبية الأسرية والاجتماعية كما أنه يركز على النفس الواعية الشعورية بعكس ما كان ينادي به (فوريد).⁽¹⁸⁾

2- النظرية النفسية الاجتماعية: قدم (أريكسون) (1902م) الفكر المتكامل الذي تناول الثقة بالنفس ويظهر ذلك من خلال ما توصل إليه في تقسيمه لمراحل النمو النفسية الاجتماعية، حيث إن أول مرحلة جاءت تحت مسمى الثقة مقابل عدم الثقة، ويشير أريكسون في نظريته النفسية والاجتماعية إلى أن الإنسان يمر خلال مراحل القوة مراحل أساسية وأن الفرد يواجه خلال كل مرحلة بعض المشكلات التي يطلق عليها الأزمات وذلك نتيجة مواجهته مرحلة ما يمكن أن يصحح بالنجاح في المرحلة.

ويذكر عبد الله لاحق (2000م) بأن المرحلة الأولى هي الحجر الأساسي للشخصية فترسخ الثقة بالذات، والثقة بالأم له آثار ونتائج هامة في النمو المستقبلي لشخصية الطفل حيث يمكن للأطفال تحمل الإحباطات التي يواجهونها ويخبرونها خلال مراحل النمو⁽¹⁹⁾. (لاحق ص : 2015، 114، 129).

3- النظرية الاجتماعية: من أشهر مفكري هذه النظرية فروم (1967م) الذي رأى أن الثقة بالنفس مصطلح قريب من هذا الحب الذاتي حيث يؤكد على أن قدرته على الحب تتطلب التغلب على النرجسية، فيجب على الفرد أن يكافح من أجل النظر إلى الناس الآخرين والأشياء بطريقة موضوعية ويعترف بتلك الأوقات التي كان فيها مقيداً

بمشاعر ذاتية، فنحن إلى الاعتراف بأن الفرق بين تصور شخص آخر، وواقعية الشخص كما تظهر بعيدة عن تدخل حاجاتنا وانفعالاتنا في الحكم فيه (20)

يري سوليفان (1892م) أن الثقة بالنفس هي إحدى المكونات الأساسية في بناء الشخص التي تظهر كنتيجة تفاعله مع بيئته من خلال عدد لا حصر له على المواقف الاجتماعية فحينما يصبح الفرد واعياً وبكيفية ارتباط بالناس الآخرين (21)

و- صفات الشخصية المتمتعة بالثقة بالنفس: تتمتع بالعديد من الصفات منها:

1- الهدوء: إن أول ما يظهر على صاحب الشخصية القوية بحسب علماء النفس هو الهدوء والقدرة على السيطرة على الغضب والانفعالات وهو الأمر الضروري للتفكير الموضوعي والمنطقي قبل اتخاذ أي قرار أو التسرع في أي وقت بسيط بصورة قد تؤدي إلى حدوث عواقب غير مرغوبة.

إن وجود نسق من القيم والمبادئ الحميدة يعد محركاً أساسياً لأصحاب الشخصية القوية حيث إن القيم العالية كالتواضع والأمانة والصدق في الأقوال والأفعال مهما تغيرت الظروف تجعل الفرد محل ثقة من الآخرين.

2- قوة الشخصية: يتعامل أصحاب الشخصية القوية مع أنفسهم من خلال روية مهمة كانت إيجابية أم سلبية ذلك أن الدوافع التي تحركهم هي ذاتية وليست لإرضاء الغير أو اكتساب ودهم

3- تحمل المسؤولية: عندما يتخذ الفرد صاحب الشخصية القوية القرارات فإنه يكون مسؤولاً عن تنفيذه بشكل كامل حيث ينبع ذلك من إيمانه بقدراته ووجوب الحفاظ على الوعود والقرارات، لذا فإن الإرادة والتصميم من أهم مظاهر القوة الشخصية وهو أمر مثير لإعجاب الآخرين كما أن المسؤولية تتجلى في القدرة على التحلي بالشجاعة الكافية للاعتراف بالخطأ ومحاولة إصلاحه وهو الأمر الذي يفقده أصحاب الشخصيات الضعيفة (22)

المبحث الثالث - الإجراءات المنهجية:

يشمل هذا الفصل عرضاً لإجراءات البحث الحالي من حيث تحديد المجتمع واختيار العينة، فضلاً عن الوسائل الإحصائية التي استخدمت في تحليل بياناته.

منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي الذي يستهدف وصف الظواهر النفسية بشكل عام عن طريق جمع البيانات عنها وتحليلها والتعرف على العلاقات بينها (29).

مجتمع البحث:

يتكون مجتمع البحث الحالي من جميع طلاب السنة الرابعة بكافة أقسام كلية التربية يفرن للعام الجامعي (2019/2020م) البالغ عددهم (103) ما بين طالب وطالبة. عينة البحث: قام الباحث بأخذ عينة من طلاب كلية التربية يفرن المشمولين بالدراسة بالطريقة العشوائية البسيطة وبلغت عينة البحث (50) ما بين طالب وطالبة منهم (25) من الذكور و (25) من الإناث.

أداتا البحث: البحث الحالي يهدف إلى التعرف على الثقة بالنفس والخوف من الفشل لدى عينة البحث، حيث قام الباحث باستخدام مقياس الثقة بالنفس من إعداد (سيدني شروجر) ومقياس الخوف من الفشل إعداد (محمد عبدالنواب وسيد عبدالعظيم).

أ- حساب صدق المقياس: من الشروط الواجب توفرها في الاختبارات والمقاييس النفسية الصدق الذي يقصد به "قدرة الاختبار على قياس الشيء الذي وضع من أجل قياسه" (30) (الطاهر وآخرون، 1999: ص45)

عرضت فقرات مقياس الثقة بالنفس البالغة (47) فقرة وفقرات مقياس الخوف من الفشل البالغة (32) فقرة على مجموعة من الأساتذة المختصين في العلوم النفسية والتربوية البالغ عددهم (8) للتأكد من صلاحيات الفقرات وبعد الأخذ بملاحظاتهم وآرائهم ثم تعديل بعض الفقرات وحذف فقرات الثقة بالنفس على نحو التالي (44،38،9،23،14،4) وبذلك أصبح المقياس في صورته النهائية مكوناً من (41) فقرة. **ب- حساب ثبات المقياس:** يعد المقياس ثابتاً إذا أعطى النتائج نفسها أو نتائج متقاربة إذا أعيد تطبيقه على نفس الأفراد وتحت نفس الظروف (يوسف، ص34).

تم إيجاد الثبات بطريقة إعادة الاختبار حيث طبقت على عينة قوماها (20) ما بين طالب وطالبة من الطلاب المشمولين بالدراسة في كلية التربية يفرن وبعد مرور أسبوعين أعيد تطبيق المقياس نفسه على تلك العينة وإعطاء النتائج نفسها ثم استخدام معامل ارتباط بيرسون بلغ ثبات مقياس الثقة بالنفس (0.95) أما مقياس الخوف من الفشل (0.83) وبذلك يعد الاختبار ثابتاً، وهذه النتائج تدعم تطبيق الأداة الأصلية على عينة البحث.

ج- طريقة تصحيح المقياس: بعد توزيع الاستبيان على عينة البحث قام الباحث بتصحيح فقرات مقياس الثقة بالنفس وأعطيت الدرجات لفقرات الإيجابية (0،1،2،3،4) (تنطبق تماماً، تنطبق بدرجة كبيرة، تنطبق إلى حد ما، لا تنطبق كثيراً، تنطبق إلى حد ما، تنطبق بدرجة كبيرة، تنطبق تماماً) أما مقياس الخوف من الفشل أعطيت درجات لفقرات

الإيجابية (0،1،2،3) (نادراً، أحياناً، كثيراً، دائماً) أما فقرات السلبية (0،1،2،3) (دائماً، كثيراً، أحياناً، نادراً) .

الوسائل الإحصائية المستخدمة: لاستخراج نتائج البحث استخدم الباحث الوسائل الإحصائية الآتية:

- 1-معامل ارتباط (بيرسون) لإيجاد معامل ثبات الأداة.
 - 2-المتوسط الحسابي.
 - 3-الانحراف المعياري.
 - 4-الاختبار التائي لعينة الواحدة.
 - 5-الاختبار التائي لعينتين مستقلتين (الطيب، 1999: ص122- 124)
- وقد تم تطبيق الإجراءات العملية على عينة البحث في الفترة الممتدة من 2019/12/03 إلى 2020/01/16.

المبحث الرابع - عرض النتائج وتفسيرها:

يتضمن هذا الفصل عرضاً للنتائج التي تم التوصل إليها عن طريق المعالجات الإحصائية المستخدمة حسب ترتيب أسئلة البحث، يتبعها تفسير علمي لهذه النتائج. نتائج البحث وتفسيرها: بعد الانتهاء من جمع المعلومات، حل الباحث البيانات التي تم التوصل إليها باستخدام الاختبار التائي (test) لعينة واحدة، ومعامل الارتباط (بيرسون) وكانت النتائج كالآتي:

1- للتحقق من صحة السؤال الأول الذي ينص على: هل يعاني أفراد العينة الخوف من الفشل؟

رصدت الدرجات التي تحصل عليها أفراد العينة في مقياس الخوف من الفشل، وبعد معالجة البيانات الإحصائية تبين أن المتوسط الحسابي (65.96) والانحراف المعياري (13392) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة الحرية (49) والقيمة المحسوبة (33.771) واتضح أنه لا يوجد فرق ذات دلالة إحصائية.

جدول رقم (1) يبين درجات المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التالية المحسوبة لعينة البحث مستوى الخوف من الفشل

عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	المحسوبة T	مستوى دلالة (0.05)
50	65.96	13.692	49	33.771	توجد دلالة إحصائية

ويمكن أن يرجع السبب في ذلك إلى كون الخوف من الفشل هو خوف من المجهول وهو كاستجابة لخطر غير محدد، والطلاب في هذه المرحلة يفكرون بالمستقبل ثمرة لجهودهم المبذولة في الحاضر ولديهم رغبة يسعون لإشباعها كأحد معاني التوافق النفسي، وأن بعض مظاهر سوء التوافق قد يظهر على هيئة خوف من الفشل بغير وجود سبب واضح ومنطقي لهذا الخوف.

2- للتحقق من صحة السؤال الثاني الذي ينص على: هل يتسم أفراد العينة بالثقة بالنفس؟

رصدت الدرجات التي تحصل عليها أفراد عينة البحث على مقياس الثقة بالنفس، وبعد معالجة البيانات الإحصائية تبين أن المتوسط الحسابي (24,98) والانحراف المعياري (15,6) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (49). اتضح أنه لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية، وتبين أن القيمة المحسوبة (44.0622) وهذا يشير إلى أن عينة البحث تتميز بسمة الثقة بالنفس.

جدول رقم (2) يبين المتوسط الحسابي، والانحراف المعياري، والقيمة التائية المحسوبة لعينة البحث لمستوى الثقة بالنفس

عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	المحسوبة T	مستوى دلالة (0.05)
50	98.24	15.766	49	44.062	توجد دلالة إحصائية

يمكن أن يرجع السبب إلى المرحلة العمرية لعينة البحث كونها تناولت مرحلة الشباب التي تتميز في أغلب الأحيان بالحيوية والنشاط وحب الاستطلاع وارتفاع مستوى الطموح نحو تحقيق الأهداف المنشودة في الحياة والرغبة في الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية في المواقف المختلفة.

3- للتحقق من صحة السؤال الثالث الذي ينص على: هل توجد فروق تبعا لمتغير الجنس للخوف من الفشل؟

لتحقق هذا الهدف تم استخراج المتوسط الحسابي للذكور (67.76) والتباين (12.001) بينما كان المتوسط الحسابي للإناث (64.16) والتباين (14.676) بعد الاختبار التائي مستقلتين تبين أن القيمة (t) المحسوبة (949) للذكور والإناث، ودرجة الحرية للذكور (48) وإناث (46.179) عند مستوى دلالة (0.05).

جدول (3) يبين نتائج الاختبار لعينتين مستقلتين للتعرف على مستوى الخوف من الفشل وفق متغير الجنس (ذكور - إناث) لا يوجد فروق في النتائج

جنس	عدد العينة	المتوسط الحسابي	التباين	درجة الحرية	المحسوبة T	مستوى دلالة) (0.05
ذكور	25	67.76	12.001	949	48	347
إناث	25	64.16	14.676	949	46.179	347

ويمكن أن يرجع السبب إلى كون الإناث فئة عمرية واحدة لها في تقارب الخصائص والقدرات والسمات الشخصية التي تميز هذه المرحلة ألا وهي مرحلة الشباب والانجاز. 4- للتحقق من صحة السؤال الرابع الذي ينص على: هل توجد فروق تبعاً لمتغير الجنس، الثقة بالنفس؟

لتحقق هذا الهدف تم استخراج المتوسط الحسابي للذكور (99,40) والتباين (14,737) بينما كان المتوسط للإناث (97,08) والتباين (16,956) وبعد الاختبار التائي لعينتين مستقلتين تبين أن القيمة (t) المحسوبة (516) ودرجة الحرية (48) ومستوى دلالة (0.05) للذكور والإناث

جدول(4) يبين نتائج التائي لعينتين مستقلتين للتعرف على مستوى الثقة بالنفس وفق متغير الجنس (ذكور - إناث)

جنس	عدد العينة	المتوسط الحسابي	التباين	درجة الحرية	المحسوبة T	مستوى دلالة) (0.05
ذكور	25	99.40	14.737	516	48	608
إناث	25	97.08	16.956	516	47.086	608

ويمكن أن يرجع ذلك إلى كون المجتمع في الوقت الراهن بدأت تنعكس عليه بعض من أفكار المساواة والندية بحيث لا تفرق التربية والتنشئة الاجتماعية بين الشاب والفتاة، وتضع على كاهل الفتاة العديد من المهام والواجبات التي تؤديها في الحياة، وتشجع وتدفع للاشتراك في خدمة نفسها أولاً والمجتمع ثانياً وذلك بالالتحاق بالأعمال بعد تخرجها.

للإجابة عن السؤال الرئيس للبحث: هل توجد علاقة بين الخوف من الفشل والثقة بالنفس؟

جدول (5) يبين معامل الارتباط بين الخوف من الفشل والثقة بالنفس

المتغير	عدد العينة	معامل الارتباط بيوسون
الخوف من الفشل	50	511**
الثقة بالنفس	50	511**

اتضح من خلال نتائج المقياس أن هناك علاقة قوية بين الثقة بالنفس والخوف من الفشل، ويمكن أن يرجع السبب إلى كون خوف الفرد من الفشل المستقبلي غير واضح الأسباب يزيد من إصراره ودافعية إنجازه إلى تحقيق أهدافه كنتيجة منطقية للثقة العالية بنفسه.

التوصيات:

- 1- توجيه أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية يفرن إلى استخدام الأساليب التي من شأنها تعزيز الثقة بالنفس لدى الطلاب.
- 2- دعوة الطلاب إلى الانخراط في البرامج الثقافية والرياضية داخل الكلية التي من شأنها أن تعزز ثقتهم بأنفسهم.
- 3- دعوة وسائل الإعلام المختلفة لنشر الوعي بين الأسر بأهمية التربية السوية وتأثيرها على أداء أبنائهم وتشجيعهم على تحمل المسؤولية.

المقترحات:

- يقترح الباحث إجراء الدراسات المستقبلية الآتية:
- 1- إجراء دراسة عن العلاقة بين الثقة بالنفس وبعض متغيرات (الذكاء- تحمل النفس).
 - 2- إجراء دراسة لإيجاد العلاقة بين الخوف من الفشل وعلاقته بمفهوم الذات.
 - 3- إجراء دراسة لمعرفة علاقة الخوف من الفشل ودافعية الإنجاز.

الهوامش :

1. Heckhansen H.(1983): Hoffnung and furcht in derleistungsmotivation melse. NheimGlaniHain.
2. Atkinson.j.W.(1953):The achievement motive ad recall of interrupted and completed tasks .journal Exercise psychology. Vol.(46).N.(6).
- 3- قواسمة أحمد، (1993م) تطوير مقياس بالنفس، مجلة العربية للتربية العدد
- 4- البياتي،(2006)، الثقة بالنفس وعلاقتها بتعلق المراهقين بوالديهم، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الموصل.
- 5- مصطفى غالب(2000م) نقطة الضعف، الطبعة الأخيرة، منشورات دار ومكتبة الهلال بيروت .
- 6- سمير قوته، 2005، العلاج السلوكي، مكتبة آفاق غزة .
- 7- طلعت منصور، (1978م) أسس علم النفس العام، مكتبة الأنجلو القاهرة .
- 8- ألفت حقي (2001)، الاضطراب النفسي، مركز الإسكندرية.
- 9- مني عبد الستار محمد،(2016م) ، دور الأسر والمدرسة في تباين سلوك الخوف لدى الأطفال صف الابتدائي من المدرسة دراسة ميدانية ، مجلة كلية التربية الإسلامية ، النجف الأشرف ، المجلد 2، العدد41.
- 10- عبد العزيز القوسي، (1969م)، دراسة صحة نفسية، ط7، قاهرة مكتبة النهضة العربية .
- 11- كمال علي، (1983م)، النفس وانفعالاتها أمراضها وعلاجها، ط4 .
- 12- WWW Problemshidren .blogspot.com/2012 /4blog-post2-12
- 13- لاحق عبد الله لاحق، (2004م)، الثقة بالنفس وعلاقته ببعض السمات المزاجية لدى عينة من الجانحين وغير الجانحين بمنطقة مكة المكرمة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى مكة المكرمة.
- 14- أيمن العريمي،(2006م)، جدولة القناعات وقوة الثقة بالنفس، ط1، الأردن دار الأسرة للنشر والتوزيع.
- 15- مجدي محمد الدسوقي، (2008م) دراسات في الصحة النفسية، مجلة 2، مكتبة الانجلو المصرية القاهرة.
- 16- أبو علام، العادل محمد(1978م)، قياس الثقة بالنفس عند الطالبات في مراحل الدراسية الثانوية والجامعية، الكويت، مؤسسة علي الصباح للطباعة والنشر.
- 17- فريح العنزي، (1999م)، الثقة بالنفس وعلاقتها بالعوامل الخمسة الكبرى في الشخصية، دراسات (تصدرها) رابطة الإحصائيين النفسيين المصريين، القاهرة، مجلد 9، عدد 3.
- 18- الفرحي، (2004م) الثقة بالنفس وحب الاستطلاع ودافعية الابتكار لدى عينة من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمنطقة مكة المكرمة، جامعة أم القرى.
- 19- لاحق ص : 2015 ،، 114، 129.
- 20- الفرحي، (2004م) الثقة بالنفس وحب الاستطلاع ودافعية الابتكار لدى عينة من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمنطقة مكة المكرمة، جامعة أم القرى.ص3
- 21- انجلر باربرا،(1991م)، نظريات الشخصية، ترجمة فهد عبدالله الدليم، النادي الأدبي الطائف.ص 139 . 192
- 22- ليلي العاجيب:2017، WWW.mawdoo3.com.