



جامعة الموصل  
كلية التربية للعلوم الانسانية  
قسم العلوم التربوية والنفسية

# الكفاءة الذاتية وعلاقتها باساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة الموصل

سارة رافع فيصل سليمان

رسالة ماجستير

العلوم التربوية والنفسية / علم النفس التربوي

بإشراف

الأستاذ المساعد

الدكتورة تنهيد عادل فاضل البيرقدار

## ملخص البحث

يهدف البحث الحالي الى بناء مقياس الكفاءة الذاتية واساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة الموصل، والتعرف الى مستوى الكفاءة الذاتية لدى طلبة جامعة الموصل، والتعرف الى الفروق في مستوى الكفاءة الذاتية لدى طلبة جامعة الموصل تبعا للمتغيرات (الجنس، التخصص، الصف الدراسي)، وكذلك التعرف الى مستوى اساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة الموصل، والتعرف الى الفروق في مستوى اساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة الموصل تبعا للمتغيرات (الجنس، التخصص، الصف الدراسي) فضلاً عن الكشف عن طبيعة العلاقة بين الكفاءة الذاتية واساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة الموصل، والتعرف الى الفروق في العلاقة بين الكفاءة الذاتية واساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة الموصل تبعا للمتغيرات (الجنس، التخصص، الصف الدراسي).

تألفت عينة البحث الاساسية من (٧٠٠) طالباً وطالبة، اختيروا بالطريقة العشوائية الطبقية من كليات جامعة الموصل للعام الدراسي (٢٠٢٠ - ٢٠٢١) موزعين على (٨) كليات (٤) كليات علمية و(٤) كليات انسانية، ولتحقيق اهداف البحث طبقت الباحثة اداتين هما: مقياس الكفاءة الذاتية (قامت الباحثة ببنائه)، المكون من (٤٥) فقرة، ومقياس اساليب مواجهة الضغوط النفسية (قامت الباحثة ببنائه) المكوّن بصيغته النهائية من (٤٩) فقرة وتم التحقق من صدق المقياسين باعتماد الصدق الظاهري والذاتي والبنائي واعتمدت الباحثة على نسبة (٨٠%) كنسبة للاتفاق على الصدق الظاهري، وتم حساب القوة التمييزية لفقرات المقياسين، اما الثبات فتم حسابه بطريقتين هما: طريقة اعادة الاختبار، طريقة الاتساق الداخلي باستخدام معادلة الفا كرونباخ، اما الوسائل الاحصائية المستخدمة في تحليل البيانات هي (معامل ارتباط بيرسون، الاختبار التائي لعينة واحدة، الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، الاختبار التائي لدلالة معامل الارتباط، معادلة الفا كرونباخ، الاختبار الزائي لفرق بين معاملي الارتباط، الوزن المنوي).

وتوصلت الباحثة الى النتائج الاتية :

١. امتلاك الطلبة عينة البحث مستوى جيد من الكفاءة الذاتية.
٢. لا يوجد فروق دالة احصائياً في مستوى الكفاءة الذاتية تبعا لمتغير الجنس والصف الدراسي.
٣. لا يوجد فروق دالة احصائياً في مستوى الكفاءة الذاتية ولصالح طلبة التخصص الانساني

٤. كان اكثر الاساليب استخداماً لدى عينة البحث اسلوب اعادة التفسير الايجابي يليه اسلوب لوم الذات.
  ٥. لا يوجد فروق دالة احصائياً في مستوى اساليب مواجهة الضغوط النفسية تبعاً لمتغيرات الجنس (الذكور - الاناث) والتخصص (العلمي - الانساني) والصف الدراسي (الاول - الرابع).
  ٦. لا يوجد علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين الكفاءة الذاتية واي اسلوب من اساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى الطلبة عينة البحث.
  ٧. لا يوجد فرق ذو دلالة احصائية في العلاقة بين الكفاءة الذاتية واساليب مواجهة الضغوط النفسية تبعاً للمتغيرات الجنس (الذكور - الاناث)، التخصص (العلمي - الانساني)، الصف الدراسي (الاول - الرابع).
- وقد توصلت الباحثة الى عدد من الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات الاتية:

### أولاً : الاستنتاجات

١. ان طلبة الجامعة لديهم مستوى جيد من الكفاءة الذاتية.
٢. يتفوق طلبة التخصص الانساني على طلبة التخصص العلمي في الكفاءة الذاتية.
٣. يستخدم طلبة الجامعة اسلوب اعادة التفسير الايجابي بكثرة.
٤. لا يوجد علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين الكفاءة الذاتية واي اسلوب من اساليب مواجهة الضغوط النفسية.

### ثانياً : التوصيات

١. الاهتمام بتطوير المناهج الدراسية وطرائق التدريس ليتلاءم مع التغيرات المتسارعة في المفاهيم لبناء شخصيات مرنة قابلة لمواجهة الضغوط المختلفة.
٢. ضرورة التأكيد على اقامة ورشات عمل للتدريسيين لبيان اهمية الكفاءة الذاتية عند الطلبة.

### ثالثاً : المقترحات

١. الكفاءة الذاتية وعلاقتها بالافكار اللاعقلانية لدى طلبة الجامعة.
٢. اساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى امهات الاطفال المصابين بالتوحد.

## Abstract

The current research aimed to build a measure of self-efficacy and methods of coping with psychological stress among students of the university of mosul, and to identify the level of self-efficacy among the students of the university of mosul, and to identify the differences in the level of self-efficacy among students of the university of mosul, according to the variables: gender, specialization, and stage of study, As well as identifying the level of methods of coping with psychological stress among students of the university of mosul, And to identify the differences in the level of methods of coping with psychological stress among students of the university of mosul according to the variables (gender, specialization, stage of study) as well as revealing the relationship between self-efficacy and methods of coping with psychological stress among students of the university of mosul, And to identify the differences in the relationship between self-efficacy and methods of coping with psychological stress among students of the university of mosul, according to the variables (gender, specialization, stage of study).

The basic research sample consisted of (700) male and female students, who were chosen by stratified random method from the faculties of mosul university for the academic year (2020-2021), distributed among (8) faculties, (4) scientific faculties and (4) humanities faculties, To achieve the objectives of the research, the researcher applied two tools: the self-efficacy scale (prepared by the researcher), It is in its final form of (45) paragraphs, and the scale of methods of coping with psychological stress (prepared by the researcher), and it is in its final form of (49) paragraphs the validity of the two scales was verified by adopting the apparent, subjective and constructivist validity, and the researcher relied on the ratio (80%) as a percentage of agreement on the apparent validity, The discriminatory power of the two scale items was calculated, As for the stability, it was calculated in two ways: the retest method, the internal consistency method using the alpha-cronbach equation, the statistical methods used in data analysis are (pearson correlation coefficient, t-test for one sample, t-test for two independent samples, t-test for significance of the correlation coefficient, alpha-cronbach equation, z-test for difference between the two correlation coefficients, weight percentile).

The researcher reached the following results:

1. Students in the research sample possess an appropriate level of self-efficacy.
2. There are no statistically significant differences in the level of self-efficacy according to the gender variable and the academic stage.
3. There are statistically significant differences in the level of self-efficacy and in favour of students of the humanitarian specialization.
4. The most commonly used method for the research sample was the positive reinterpretation method, followed by the self-blame method.
5. differences in the level of methods of coping with psychological stress according to the variables of gender (male- female), specialization (scientific- humanistic) and school stage (first-fourth).
6. There is no statistically significant correlation at the level (0.05) between self-efficacy and any methods of coping with psychological stress among students, the research sample.
7. There is no statistically significant difference in the relationship between self-efficacy and methods of coping with psychological stress according to the variables: gender (male-female), specialization (scientific- human), stage (first- fourth).

The researcher reached a number of conclusions, recommendations and suggestions in the light of the research results:

### **First: the conclusions**

1. University students have an appropriate level of self-efficacy.
2. students of the humanities specialization outperform the students of the scientific specialization in self-efficacy.
3. University students frequently use positive reinterpretation.
4. There is no statistically significant correlation between self-efficacy and any method of coping with psychological stress.

### **Second: recommendations**

1. Designing guidance and training programs to develop a sense of self-efficacy among university students, especially male and female students in scientific disciplines, because the results showed that their self-efficacy is low.

2. Attention to the development of curricula and teaching methods to suit the rapid changes in concepts to create flexible personalities capable of facing various pressures.

### **Third: suggestions**

1. Self-efficacy and its relationship to irrational thoughts among university students.
2. Methods of coping with psychological stress among mothers of children with autism.

**University of Mosul**  
**College of Education for Humanities**  
**Department of psychological and**  
**Educational sciences**



**Self competency and its relations to  
coping styles in dealing with  
psychological pressures on the students  
of the university of Mosul**

**Sara Rafie Faisal Suleiman**

**M.A Thesis**

**Educational and psycoloical sciences/**

**Educational psychology**

**Supervised By**

**Asst. prof.**

**Dr. Tanhid Adil Fadhil Al- Biriqdar**

**2021 A.D. \_\_\_\_\_ 1443 A.H.**