القدرة التنبؤية للكفاءة الذاتية بالتعبير العاطفي لدى عينة من طلبة الجامعة في محافظة السويداء

د. **أحمد الزعبي**[*]
همسة جمال نصر[**]

(تاريخ الإيداع 26 / 1 / 2021. قبل للنشر في 6 / 7 / 2021)

□ ملخّص □

هدف البحث الحالي إلى تعرّف العلاقة بين الكفاءة الذاتية والتعبير العاطفي لدى عينة من طلبة الجامعة في محافظة السويداء والكشف عن القدرة التنبؤية لكل بعد من أبعاد مقياس الكفاءة الذاتية بالتعبير العاطفي لدى أفراد عينة البحث، والكشف عن الفرق في مستوى الكفاءة الذاتية ومستوى التعبير العاطفي لدى أفراد العينة تبعاً لمتغير الجنس، وكان المنهج وصفي، وتألفت عينة البحث من (300) طالباً وطالبةً من طلبة الجامعة ضمن مدينة السويداء، وطُبق عليهم مقياس موريس للكفاءة الذاتية Muris (2002) المترجم للعربية، ومقياس بيركلي للتعبير العاطفي إعداد غروس وآخرون Gross & John & Richards (2000).

وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية بين الكفاءة الذاتية والتعبير العاطفي لدى أفراد العينة، كما أظهرت وجود مساهمة نسبية ذات دلالة إحصائية لأبعاد الكفاءة الذاتية كلها معاً (الكفاءة الذاتية والاجتماعية والأكاديمية والانفعالية) للتنبؤ بالتعبير العاطفي، وفسرت مجتمعة ما نسبته 20% وكانت النسبة الأعلى لبعد الكفاءة الذاتية الاجتماعية، إضافة إلى عدم وجود فرق في مستوى الكفاءة الذاتية لدى أفراد العينة تبعاً لمتغير الجنس، في حين يوجد فرق ذو دلالة إحصائية في مستوى التعبير العاطفي تبعاً لمتغير الجنس(لصالح الإناث).

الكلمات المفتاحية: القدرة التنبؤية، الكفاءة الذاتية، التعبير العاطفي.

[*] **أستاذ مساعد – كلية التربية – جامعة تشرين– اللاذقية– سورية.**
[**] **طالبة دكتوراه – كلية التربية – جامعة تشرين– اللاذقية– سورية.**

Predictive ability of self-efficacy in emotional expression among a sample of university students in the province of Sweida.

Dr. Ahmed Al-Zoubi*
Hamsa Nasr**

(Received 26 / 1 / 2021. Accepted 6 / 7 / 2021)

□ ABSTRACT □

The aim of the current research is to know the relationship between self-efficacy and emotional expression among a sample of university students, to reveal the predictive ability of each of the dimensions of the self-efficacy scale in emotional expression among the members of the research sample, and to reveal the differences in the level of self-efficacy and the level of emotional expression among the sample members according to the gender variable, Where the research sample consisted of (300) male and female students from the university students within the province of Sweida, and the Self-Efficiency Scale prepared by Morris (2002), and the Berkeley Emotional Expression Scale, prepared by Gross & John & Richards (2000), were applied.

The results showed the existence of a statistically significant correlation between self-efficacy and emotional expression, and the existence of a statistically significant relative contribution to each of the dimensions of self-efficacy (social, academic, and emotional self-efficacy) to predict emotional expression, it also showed existence of a joint contribution (20%) for dimensions of self-efficacy in predicting emotional expression, and the highest percentage was for the social self-efficacy dimension. in addition to the absence of statistically significant differences in the level of self-efficacy according to the gender variable, while there are statistically significant differences in the level of emotional expression according to the gender variable in favor of females.

Key words: Predictive ability, self-efficacy, and emotional expression.

* **Associate Professor, Faculty of Education , Tishreen University, Latakia, Syria.**
** **Postgraduate Student, Faculty of Education , Tishreen University, Latakia, Syria.**

مقدمة

تحكم العواطف حياتنا اليومية، فنحن نتخذ قرارات تستند إلى احتمالية كوننا سعداء أو غاضبين أو حزينين، كما أننا نختار الأنشطة والهوايات بناءً على العواطف التي تحرض عليها. فالعواطف من لوازم الفطرة الإنسانية، بالأخص إذا كانت هذه العاطفة منضبطة بضوابط العقل السليم المحكوم بشرع الله؛ فإنها تسمو بالإنسان وترتقي به إلى الكمالات البشرية، فنجد أن للتواصل والتعبير العاطفي دوراً هاماً في استقرار الحياة وتحقيق الانسجام والتواد والتراحم بين الناس، وذلك كونه يمثل الدعم والحافز على استمرار العلاقات الانسانية ونجاحها، وكثرة العقبات والتحديات تتطلب التفاعل مع الآخرين لإحداث التغيير للوصول إلى التوازن الذي تستقيم معه الحياة، فبدون التواصل العاطفي قد يحدث التوتر وعدم الاستقرار، حيث توفّر التعبيرات العاطفية معلومات حول طبيعة العلاقات بين المتفاعلين، وبحسب باندورا (Bandura, 1997, P. 447) فإن قوة الأسر والمجتمعات والمنظمات والأمم تقاس بمدى التشارك بين أعضائها، وهذا التشارك يتطلب إمكانات و مهارات وكفاءات ذاتية في الضبط الذاتي، وأكد باندورا على أهمية الكفاءة الذاتية في نظريته الاجتماعية المعرفية، واعتبرها بُعداً من الأبعاد المهمة في الشخصية الإنسانية؛ لما لها من أثر في توجيه سلوك الفرد وتصرفاته، وأن إدراك الفرد وتقييمه لإمكاناته تساعده على انجاز الأهداف المطلوبة، فإذا كانت قناعة الفرد عالية بكفاءته الذاتية في مجال عمله فإنه يُعد ناجحاً لأنه سوف يسهم في تشكيل مفهوم ايجابي عن ذاته والعكس صحيح، فالإحساس بكفاءة الذات يعزز التوافق الشخصي بوسائل عديدة أو يدفع الفرد إلى اختيار المهمات الصعبة، وعليه أصبحت المدارس والجامعات مطالبة بالاهتمام أكثر بالقدرات الذاتية للطلاب وذلك بتنمية الكفاءة الذاتية لديه من أجل الاستغلال الأمثل للطاقات و القدرات التي يملكها و توجيهها نحو تكوين شخصية متكاملة الجوانب.

ومن هذا المنطلق أتى البحث الحالي لتعرف العلاقة بين التعبير العاطفي والكفاءة الذاتية، والقدرة التنبؤية للكفاءة الذاتية بالتعبير العاطفي لدى عينة من طلبة الجامعة في محافظة السويداء.

مشكلة البحث:

تحتل العواطف جزء كبير من الحياة بالنسبة لنا جميعاً، ففي أي يوم يمكن أن نختبر العديد منها، يسهل التعامل مع بعضها، في حين أن البعض الآخر أكثر كثافة ويصعب التعامل معها، أهم شيء يجب فهمه عن العواطف هو أنه لديها هدفاً محدداً – فهي مصممة لتزويدنا بالمعلومات– ما نسميه رسائل المشاعر، ومن المفترض أن تلفت هذه الرسائل انتباهنا إلى الأشياء المهمة التي تحدث في حياتنا؛ سواء كان حدثاً كبيراً أو حدثاً عادياً صغيراً(Hess & Sene´cal, 2000, P611). أن العواطف لا تجبر الأفراد على التصرف أو الرد بطرق معينة، بل تنشط العاطفة فقط تجاه الفعل أو الاستجابة، وتميل للتعبير عن حالة الشعور الداخلي للفرد، بحيث ننقل مشاعرنا للآخرين، من خلال قنوات مختلفة مثل تعبيرات الوجه، والتعبيرات اللفظية وغير اللفظية (إيماءات الجسم والحركة) (Sowan, 2004, P8)، ونظراً لوظيفة التعبير العاطفي التواصلية المهمة في التفاعل البشري، تعددت الدراسات التي تناولته، كدراسة شيرير Scherer (2003) التي أوضحت أن التعبير العاطفي والتعبير عن المشاعر يتم بطرق مختلفة (قنوات جسدية مختلفة تحمل إشارات المشاعر، وتعبيرات الوجه والصوت على وجه الخصوص)، وأكدت بعض الدراسات كدراسة محرابي Mehrabian (1970) ودراسة أوزجود Osgood (1966) على أهمية التعبير العاطفي في التواصل وخاصةً السلوك غير اللفظي مثل(تعبيرات الوجه والإيماء والصوت)، وإن للعواطف تأثيرات قوية على حياتنا فهي تشكل

محركات لاتخاذ القرارات (Lerner& Li, 2014, p35)، وكذلك تأثيرها على التفاعل الاجتماعي (Friedman & Riggo, 1981)، وعلى الرفاهية النفسية (Gross & Levenson, 1997).

تطورت العواطف لمساعدتنا على الاستجابة بشكل تكيفي للتحديات والفرص البيئية الحاسمة، على عكس الاستجابة البيولوجية كردود الفعل، ومن الطبيعي أن تتصارع العواطف في بعض الأحيان وأن لا يستطيع الشخص التعبير عنها، وكل إنسان لديه مثل هذه التجربة. ولكن إذا استمر عجز التعبير عنها لفترة من الزمن، قد يخلق نوع من عدم التنظيم والتباعد العاطفي، وهذه صعوبة نفسية، ويُعتقد "باكون Bacon" (2016) أن لخلل التعبير العاطفي جزء كبير من الاضطرابات النفسية مثل القلق والاكتئاب واضطرابات الشخصية والذهان واضطراب ما بعد الصدمة.

إلاّ أن قدرة الأفراد على التعبير العاطفي قد تختلف من فرد لآخر(Gross & John, 1995, P555). وركزت دراسة غروس وجون Gross & John (1997) بأن الاختلافات في القدرة على التعبير العاطفي يمكن أن تُعزى إلى الفروق الفردية، فضلاً عن شخصية الفرد، أما في دراسة فريزين وإيكمان Ekman & Friesen (1969) فتعزى إلى التنشئة الاجتماعية المختلفة للأفراد، فقد يؤثر نظام القيم والمعتقدات الذي تقره المجموعة الثقافية على أساليب التعبير العاطفي، فأحيانا لا يدرب الشخص منذ صغره على التعبير عن مشاعره أو لا يرى نموذجاً أمامه ليقتدي به، فتظهر مشكلة عدم القدرة على التعبير العاطفي، ونستطيع أن نقول أن المشكلة تفاقمت في عصر وسائل الاتصال الحديثة (التواصل الالكتروني) التي أفقرت التعبير العاطفي من مضامينه النفسية والتفاعلية الهادفة (Ståhl, 2014, P6).

وكون مفهوم الكفاءة الذاتية مرتبط بقدرة الفرد على فهم طبيعة عواطفه والسيطرة عليها والتعبير عنها، فنجد أنها من الممكن أن تكون مأثرة في قدرته على التعبير العاطفي وقد تكون عاملاً منبئً له، فالفرد الذي لا يمتلك الجرأة و الشجاعة والثقة بالنفس للتعبير عن عواطفه، قد تكون توقعاته عن كفاءته الذاتية منخفضه، فقد بينت دراسة الشعيبي والظفري(2020) أنه يمكن التنبؤ بمعتقدات الكفاءة الاجتماعية من خلال قدرة الفرد على فهم مشاعره الذاتية والتعبير عنها، وتنظيم الانفعالات، وأكدت دراسة بوشينه ومجاهدي (2019) أن فاعلية الذات تؤثر بقوة في الحالات الانفعالية للفرد إذ أن ضعفها يثير حالات مزاجية سلبية، وأظهرت دراسة زمرمان Zimmerman (2000) أن توقعات الكفاءة الذاتية العالية تتنبأ بالتنظيم الذاتي بطرق متنوعة، إلا أنه من المهم ملاحظة أن مصادر الكفاءة الذاتية تختلف في تأثيرها على معتقدات الفرد وقدرته على الانجاز (Usher & Pajares, 2008).

وقد ميز الباحثون بين الكفاءة الذاتية الأكاديمية والكفاءة الذاتية الاجتماعية، والكفاءة الذاتية الانفعالية، ويعد مفهوم الكفاءة الذاتية من المفاهيم النفسية ذات الأهمية، خاصةً عند طلبة الجامعة، نظراً لما تسهم به في دافعية المتعلمين وحفز قدراتهم واستثمار ميولهم بشكل فعّال، لذلك تعدد الدراسات التي تناولت الكفاءة كعامل منبأ لمتغيرات مختلفة، إلاّ أنه لا توجد دراسة سابقة في البيئة المحلية– في حدود علم الباحثة – تناولت قدرة الكفاءة الذاتية على التنبؤ بالتعبير العاطفي، فيبقى هناك سؤالاً عالقاً وهو هل يوجد علاقة ارتباطية بين الكفاءة الذاتية والتعبير العاطفي؟، وهل نستطيع الاعتماد على مستوى الكفاءة الذاتية للتنبؤ بقدرة الفرد على التعبير العاطفي؟، جاء البحث الحالي محاولاً الإجابة عن هذه التساؤلات، وذلك بالاستناد إلى نتائج الدراسات السابقة ذات الصلة بالبحث وعلى التراث النظري، وبناءً على ما سبق يمكن تحديد مشكلة البحث بالإجابة على السؤال التالي: **ما القدرة التنبؤية للكفاءة الذاتية بالتعبير العاطفي لدى عينة من طلبة الجامعة في محافظة السويداء؟**

أهمية البحث وأهدافه

أهمية البحث: تتجلى أهمية البحث الحالي في النقاط التالية:

1. المتغيرات التي يتناولها وهي(الكفاءة الذاتية والتعبير العاطفي) إذ تُعتبر من الموضوعات الحديثة التي تغني البحوث النفسية، وتضيف نتائجاً جديدةً إلى التراث النظري في الصحة النفسية وعلم النفس، وفي فهم السلوك البشري.

2. أهمية الفئة المستهدفة بالبحث وهي فئة طلبة الجامعة، إذ تعد من الفئات المهمة في القطاع التربوي، يمثلون طاقة بشرية قوية، وبالتالي فإن معاناتهم من مشكلة قد تؤدي إلى تعطيل امكاناتهم، مما ينعكس سلباً على المجتمع وتطوره.

3. جدة وحداثة الأدوات التي تم استخدامها بحيث يوفر البحث المزيد من المقاييس التي تُسهم في إثراء المكتبة النفسية.

4. تصديه لمشكلة لم يتناولها إلا عدد قليل جداً من البحوث العربية والأجنبية والمحلية _ في حدود علم الباحثة_ بل إن ما هو موجود من بحوث قد ركزت على كل من الكفاءة الذاتية والتعبير العاطفي وعلاقاته بمتغيرات أخرى، دون أن تتطرق للقدرة التنبؤية والعلاقة بين المتغيرين، لذلك تعد الدراسة الحالية امتداداً للبحوث السابقة ومكملة لها.

5. يمكن أن تسهم نتائج البحث في توفير معلومات مهمة عن القيمة التنبؤية والعلاجية للكفاءة الذاتية في التعبير العاطفي، قد تفيد المختصين بالإرشاد والعلاج النفسي لتطوير برامج لزيادة مستوى التعبير العاطفي والكفاء الذاتية.

أهداف البحث: يسعى البحث الحالي إلى تحقيق الأهداف التالية:

1- تعرف العلاقة الارتباطية بين الكفاءة الذاتية والتعبير العاطفي لدى أفراد عينة البحث.

2- الكشف عن القدرة التنبؤية لكل بعد من أبعاد مقياس الكفاءة الذاتية في التعبير العاطفي لدى أفراد العينة.

3- الكشف عن الفروق في مستوى الكفاءة الذاتية والتعبير العاطفي لدى أفراد عينة البحث تبعاً لمتغير الجنس.

فرضيات البحث: يحاول البحث الحالي التحقق من الفرضيات التالية:

1. لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس الكفاءة الذاتية ودرجاتهم على مقياس التعبير العاطفي.

2. لا يمكن التنبؤ بالتعبير العاطفي انطلاقاً من الكفاءة الذاتية لدى أفراد عينة البحث.

3. لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد العينة على مقياس الكفاءة الذاتية تبعاً لمتغير الجنس.

4.لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد العينة على مقياس التعبير العاطفي تبعاً لمتغير الجنس.

حدود البحث:

- الحدود الزمانية: تم تطبيق أدوات البحث في العام الدراسي2020 /2021 (من2020/10/18 حتى 2020/11/9).
- الحدود المكانية: طُبِقت أدوات البحث في كليات فرع السويداء(كلية التربية الثانية – كلية الفنون الثانية – كلية الاقتصاد الرابعة– كلية الزراعة– كلية العلوم – كلية الآداب الثانية–كلية الهندسة الميكانيكية والكهربائية الثانية).
- الحدود البشرية: طلبة الجامعة من كليات فرع السويداء في محافظة السويداء.
- الحدود الموضوعية: تناول البحث القدرة التنبؤية للكفاءة الذاتية بالتعبير العاطفي لدى طلبة الجامعة

مصطلحات البحث وتعريفاته الإجرائية:

الكفاءة الذاتية (Self-Efficacy):مقدرة الفرد على أداء السلوك الذي يحقق نتائج مرغوبة في موقف معين، والتحكم في الأحداث التي تؤثر في حياته، وإصدار التوقعات الذاتية عن كيفية أداء المهام، والأنشطة التي يقوم بها، والتنبؤ بمدى الجهد، والمثابرة المطلوبة لتحقيق ذلك النشاط أو العمل (Bandura, 1988).وهي معتقدات الأفراد حول قدرتهم على القيام بالعمل المطلوب، وتتضح في ثلاثة أبعاد: الاجتماعية، الأكاديمية، الانفعالية (Muris, 2002, P146).

وتُعرف الكفاءة الذاتية إجرائياً (Self-Efficacy): بأنها معتقدات طالب الجامعة حول قدراته على ضبط الأحداث التي تؤثر على حياته، والسيطرة على انفعالاته، وتكوين علاقات اجتماعية ناجحة، ومثابرته على تحقيق متطلباته، وحبه لعمله واتقانه له، والتغلب على المشكلات التي تواجهه، وتتضح ثلاثة أبعاد للكفاءة الذاتية وهي: الكفاءة الذاتية الأكاديمية والاجتماعية والانفعالي، والتي تتحدد من خلال الدرجة التي يحصل عليها طالب الجامعة على مقياس الكفاءة الذاتية المستخدم في البحث.

الكفاءة الذاتية الاجتماعي (Social self- efficacy): تشير إلى درجة استعداد الفرد على بدء سلوك التواصل الاجتماعي، والأحكام التي يطلقها الأفراد حول قدرتهم على التواصل الاجتماعي مع الآخرين، وبناء وتطوير علاقات اجتماعية جديد. و**الكفاءة الذاتية الأكاديمية** (Academic self- efficacy): تشير إلى معتقدات الأفراد حول قدرتهم على أداء المهام الأكاديمية بنجاح وضمن المستوى المطلوب. **أما الكفاءة الذاتية الانفعالية** (Emotional self- efficacy) : فتشير إلى الأحكام التي يطلقها الأفراد على مستوى كفاءتهم على إدارة ومعالجة انفعالاتهم وتنظيمها بشكل فعّال.

التعبير العاطفي(Emotional Expressivity)**:**هو مجموعة المشاعر التي يختار الفرد التعبير عنها والأساليب التي يستخدمها، ويوضح الفروق الفردية في المدى الذي يظهر فيه الناس عواطفهم ظاهرياً، ويشير ببساطة إلى العرض الخارجي للعاطفة، بغض النظر عن التكافؤ (إيجابي أو سلبي) أو القناة (وجهي أو صوتي أو إيمائي)، قد تكون هناك اختلافات مهمة في القدرة على توصيل الرسائل العاطفية بطريقة ملائمة اجتماعياً، سواءً في التعبير عن المشاعر السلبية مقابل المشاعر الايجابية، وذلك بإدراك الفرد لانفعالات الآخرين والتوحد معهم انفعالياً (Kring& Smith& Neale, 1994, P934).

ويُعرف التعبير العاطفي إجرائياً: بأنه سلوك ينقل حالة أو موقف عاطفي، يكون لفظياً أو غير لفظياً، وتشمل التعبيرات العاطفية حركات الوجه مثل الابتسام أو العبوس، أو سلوكيات بسيطة مثل البكاء والضحك، أو سلوكيات أكثر تعقيداً مثل كتابة رسالة أو تقديم هدية، وتقسم إلى التعبير السلبي، التعبير الإيجابي، وقوة الاندفاع، والتي تتحدد من خلال الدرجة التي يحصل عليها طالب الجامعة على مقياس التعبير العاطفي المستخدم في البحث.

التعبير السلبي(Negative Expressivity): يشير إلى التعبير عن المشاعر سلبية معينة، بما في ذلك الغضب، والخوف، والعصبية، والاضطراب، ويشير إلى تسرب غير مناسب اجتماعياً للمشاعر السلبية، مثل الخزي أو الذنب.

التعبير الإيجابي(Positive Expressivity): يشير إلى التعبير عن المشاعر الإيجابية المحددة مثل السعادة والتسلية. يعني بقوة التعبير عن التأثير الإيجابي، مثل الدفء والود.

قوة الاندفاع(Impulse Strength): تشمل ردود فعل قوية تجاه العواطف، مصحوبة بتغيرات جسدية وسلوكية يصعب إيقافها أو إخفاؤها، وتشير إلى استجابات المواجهة عالية التوتر، والصعوبات التي يواجهها طلاب الجامعة في التعامل مع دوافعهم العاطفية القوية، خاصةً عندما يكونون غير مرغوب فيهم اجتماعياً أو محرجين (مثل البكاء).

الدراسات السابقة:

دراسة **براون Brown** (2003) في الولايات المتحدة الأمريكية، بعنوان: *The role Emotional intelligence in the career commitment and decision making process*، دور الذكاء العاطفي في الالتزام المهني وعملية اتخاذ القرار، هدفت إلى تعرف العلاقة بين الذكاء العاطفي وكل من الكفاءة الذاتية والالتزام المهني لدى طلاب الجامعة، فتكونت عينة الدراسة من 288 طالباً وطالبةً من طلاب جامعة ميدويسترون، اتُبع المنهج الوصفي، واستخدم في هذه الدراسة مقياس الذكاء الانفعالي لتابيا(2001)، ومقياس فاعلية الذات من إعداد بيتز وكلاين وتايلور (1996)،

وتوصلت الدراسة إلى النتائج الآتية: وجود علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية بين أبعاد الذكاء الانفعالي(التعاطف، القدرة على توظيف الانفعالات لتسهيل التفكير، التواصل الاجتماعي، التحكم الذاتي) والكفاءة الذاتية، ووجد علاقة موجبة بين أبعاد الذكاء الانفعالي والالتزام المهني.

دراسة **باركنز Parkins** (2012) في أستراليا، بعنوان: *Gender and Emotional Expressiveness: An Analysis of Prosodic Features in Emotional Expression*، الجنس والتعبير العاطفي: تحليل السمات العرضية في التعبير العاطفي، هدفت إلى فحص قدرات التعبير العاطفي لدى الرجال والنساء في عالم مواقع التواصل الاجتماعي مثل فيسبوك وتويتر؛ واشتملت عينة الدراسة (25) رجلاً و(25) امرأة من أصل أسترالي؛ واعتمدت الباحثة على منهج فحص المحتوى القائم على قيام الباحثة بفحص محتوى حسابات أفراد عينة الدراسة على مواقع التواصل الاجتماعي، فيسبوك وتويتر، وذلك بغرض معرفة الفرق بين الرجال والنساء في التعبير العاطفي عبر الانترنت؛ وأظهرت الدراسة العديد من النتائج، أن النساء لديهن مستوى أعلى من التعبير العاطفي ويستخدمن التعبيرات العاطفية بمعدل أكبر من الرجال، على مواقع التواصل الاجتماعي.

دراسة **يعقوب (2012)** في المملكة العربية السعودية، بعنوان: الكفاءة الذاتية المدركة وعلاقتها بدافعية الانجاز والتحصيل الأكاديمي، هدفت إلى الكشف عن مستوى الكفاءة الذاتية المدركة وعلاقتها بدافعية الإنجاز والتحصيل الأكاديمي لدى طلاب كليات جامعة الملك خالد فرع بيشة، على عينة من (115) طالباً، واتُبع المنهج الوصفي التحليلي، وطبق مقياس الكفاءة الذاتية المدركة ومقياس دافعية الإنجاز من إعداد الباحث، وأظهرت النتائج أن غالبية أفراد العينة في مستوى الكفاءة الذاتية المدركة المتوسطة، وأن العلاقة بين الكفاءة الذاتية المدركة وكل من متغير (التحصيل الأكاديمي ودافعية الإنجاز) إيجابية، إي أن الزيادة في مستوى كل من المتغيرين(التحصيل الأكاديمي ودافعية الإنجاز) يعد متنبئاً بزيادة مستوى الكفاءة الذاتية المدركة، وأن التحصيل الأكاديمي أكثر قدرة على التنبؤ بمستوى الكفاءة الذاتية المدركة إذ بلغ تباينه المفسر (0.603).

دراسة **الإبراهيم (2018)** في الأردن، بعنوان: التعبير العاطفي والتوافق الزواجي لدى النساء الأردنيات في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية، هدفت للتعرف إلى مستويات التعبير العاطفي وعلاقتها بمستويات التوافق الزواجي في ضوء بعض المتغيرات، وكانت عينة الدراسة على (80) سيدة أردنية، واتُبع المنهج الوصفي، واستُخدم مقياس التعبير العاطفي ومقياس التوافق الزواجي من إعداد الباحثة، وقد توصلت الدراسة إلى أن مستويات التعبير العاطفي ومستويات التوافق الزواجي لدى النساء الأردنيات من وجهة نظرهن جاءت بدرجة مرتفعة، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التعبير العاطفي والتوافق الزواجي وفقاً لمتغيرات(العمر، سنوات الزواج - عدد الأبناء).

دراسة **الفريحات والمقابلة (2018)** في الأردن، بعنوان: القدرة التنبؤية لبيئة التواصل الأسري، والكفاءة الذاتية والاجتماعية والانفعالية والأكاديمية بالمرونة المعرفية، وهدفت للكشف عن القدرة التنبؤية لبيئة التواصل الأسري، والكفاءة الذاتية (الاجتماعية والانفعالية والأكاديمية) بالمرونة المعرفية، عينة الدراسة (400) طالباً وطالبةً من الصف العاشر في محافظة عجلون، واتُبع المنهج الوصفي، تم استخدام مقياس المرونة المعرفية، ومقياس بيئة التواصل الأسري، ومقياس الكفاءة الذاتية الأكاديمية والاجتماعية والانفعالية، أظهرت نتائج الدراسة أنّ مستوى الكفاءة الذاتية الاجتماعية والانفعالية والأكاديمية لدى أفراد عينة الدراسة جاء بدرجة مرتفعة على الأداة، ووجدت فروق في الكفاءة الذاتية الاجتماعية والانفعالية والأكاديمية تعزى لمتغير الجنس ولصالح الإناث، وأظهرت النتائج وجود مساهمة نسبية ذات دلالة إحصائية لكل من الكفاءة الذاتية الأكاديمية والانفعالية، ونمط الحوار للتنبؤ بالمرونة المعرفية.

دراسة **فتحي (2019)** في مصر، بعنوان: الكفاءة الذاتية المدركة والقدرة على حل المشكلات والتوجه نحو الهدف كمنبئات بالمناعة النفسية لدى المتفوقين دراسياً (المكونات العاملية لمقياس المناعة النفسية)، وهدفت إلى الكشف عن الارتباطات بين أبعاد المناعة النفسية، وكل من الكفاءة الذاتية المدركة، والقدرة على حل المشكلات، والتعرف على كون هذه المتغيرات الثلاثة تعمل بوصفها منبئات بالمناعة النفسية لدى طلاب الجامعة من المتفوقين، وتكونت العينة من (152) طالباً وطالبةً من المتفوقين دراسياً من طلاب الجامعة، واتُبع المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، واستخدمت مقياس الكفاءة الذاتية المدركة (تعديل الباحثة)، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة إيجابية بين المناعة النفسية وكل من الكفاءة الذاتية المدركة، والقدرة على حل المشكلات والتوجه نحو الهدف، كما وجد أن الكفاءة الذاتية المدركة أمكنها التنبؤ بالمناعة النفسية لدى المتفوقين دراسياً من طلاب الجامعة.

دراسة **بوشينه ومجاهدي (2019)** في الجزائر، بعنوان: فاعلية الذات وعلاقتها بإدارة الانفعالات لدى المصابين بداء السكري، هدفت إلى التعرف على فاعلية الذات وعلاقتها بإدارة الانفعالات لدى عينة من المراهقين المصابين بداء السكري في ضوء مجموعة من المتغيرات (الجنس، مدة الإصابة بالمرض)، وتكونت العينة من 64 مراهقاً مصاباً بداء السكري في مستشفيات الجزائر، واتُبع المنهج الوصفي، واستُخدام مقياس فاعلية الذات، مقياس إدارة الانفعالات (من إعداد الباحث)، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية بين فاعلية الذات وإدارة الانفعالات لدى أفراد العينة، وعدم وجود فروق في مستوى فاعلية الذات تبعاً لمتغير الجنس، ولمتغير مدة الإصابة، ويمكن التنبؤ بإدارة الانفعالات في ضوء متغير فاعلية الذات.

تعقيب على الدراسات السابقة: يتضح من خلال استقراء نتائج البحوث السابقة أن بعضها اهتم بدراسة الكفاءة الذاتية العامة بالذكاء العاطفي مثل دراسة **براون Brown** (2003)، واهتمت دراسة **يعقوب (2012)** بربط الكفاءة الذاتية بدافعية الانجاز والتحصيل الأكاديمي، بينما اهتمت دراسة **الفريحات والمقابلة (2018)** بالقدرة التنبؤية للكفاءة الذاتية والتواصل الأسري بالمرونة المعرفية، أما دراسة **فتحي (2019)** فاهتمت بالكفاءة الذاتية المدركة والقدرة على حل المشكلات كمنبئات بالمناعة النفسية، في حين ربطت دراسة **بوشينه ومجاهدي (2019)** فاعلية الذات بإدارة الانفعالات، أما الدراسات التي تناولت التعبير العاطفي فهدفت إلى فحص قدرات التعبير العاطفي لدى الرجال والنساء في مواقع التواصل الاجتماعي كدراسة **باركنز Parkins** (2012)، وركزت دراسة **الإبراهيم (2018)** على التعبير العاطفي والتوافق الزواجي لدى النساء الأردنيات.

من خلال هذا الاستعراض لأوجه الشبة والاختلاف بين الدراسات السابقة نشير إلى أن البحث الحالي يتفق مع الدراسات السابقة بموضوعها الرئيس إلا أنه يختلف عنها في عدة جوانب، تمثل الفجوة العلمية التي يعالجها هذا البحث، بأنه تضمن ربط لمتغير الكفاءة الذاتية مع التعبير العاطفي، وهدف إلى تعرف العلاقة بين المتغيرين والقدرة التنبؤية للكفاءة الذاتية بالتعبير العاطفي، وتناول عينة طلبة الجامعة، أما بالنسبة لأدوات الدراسة فاعتمد البحث الحالي مقياس الكفاء الذاتية لموريس المترجم للعربية، ومقياس بيركلي للتعبير العاطفي بعد أن عملت الباحثة على ترجمته.

منهج البحث: يعتمد البحث المنهج الوصفي إذ يهدف إلى جمع البيانات حول الظواهر المدروسة، ووصف هذه الظواهر وتحديد خصائصها تحديداً كيفياً أو كمياً دقيقاً، وتقسيم وتحليل البيانات بغرض اختبار الفروض أو الإجابة على التساؤلات التي تتعلق بالظاهرة أو الحالة الراهنة لأفراد العينة (Ibrahim, 2000, p126).

مجتمع البحث: يتحدد المجتمع الأصلي بطلاب الجامعة الذين يدرسون ضمن الكليات التابعة لفرع السويداء (التربية الثانية – الفنون الثانية–الاقتصاد الرابعة– الزراعة الثانية– العلوم الرابعة– الآداب الثانية– الهندسة الميكانيكية والكهربائية الثانية)، والمقيمين في محافظة السويداء، والبالغ عددهم (10488) طالباً وطالبةً، لسنة 2021/2020.

عينة البحث: يمثل اختيار العينة إحدى أهم خطوات البحث لأنّ النتائج التي سينتهي إليها البحث ترتكز ارتكازاً كلياً على خصائص العينة، ومدى تمثيلها للمجتمع الأصلي، حتى يمكن تعميم النتائج على أفراد المجتمع الأصلي الذي سحبت منه العينة، وسُحبت العينة بطريقة طبقية (الطبقات هي الكليات)، بحيث تم السحب بنسبة 3% من كل طبقة(من كل كلية في فرع السويداء)، والجدول(1) يوضح ذلك، مع العلم أن الاستمارات الموزعة (312) استمارة، والاستمارات المستردة (308) استمارة، والاستمارات المستبعدة (8)، لتصبح العينة في شكلها النهائي (300) طالباً وطالبةً، وقد تم التحقق من صدق وثبات الأدوات على عينة سُحبت من المجتمع الأصلي للبحث (من خارج حدود العينة الأصلية) عدد أفرادها(60) طالباً وطالبة، والجدول(2) عملية توزيع عينة الدراسة وفق متغير الجنس.

الجدول (1) توزيع الطلاب ضمن الجامعات وطبقات العينة

الكلية	عدد الطلاب	عدد الطلاب المسحوبة بنسبة 3%
كلية العلوم الرابعة	1072	32
كلية الفنون الثانية	375	11
كلية الآداب والعلوم الإنسانية الثانية	3800	114
كلية الهندسة الميكانيكية والكهربائية الثانية	1047	31
كلية الاقتصاد الرابعة	590	17
كلية التربية الثانية	2577	77
كلية الزراعة الثانية	1027	30
المجموع	10488	312

الجدول (2) توزع عينة الدراسة وفق متغير الجنس.

متغير الجنس	العدد	النسبة المئوية
إناث	178	% 59,33
ذكور	122	%40,67
المجموع	300	100%

أدوات البحث:

أولاً : مقياس الكفاءة الذاتية: Scale of Self -Efficacy

وصف المقياس: لتحقيق أهداف البحث تم استخدام مقياس الكفاءة الذاتية المعتمد في دراسة الفريحات ومقابلة (2018)، من إعداد موريس(Muris, 2002)، الذي يتكون من (24) بنداً موزعاً على ثلاثة أبعاد رئيسية هي الكفاءة الذاتية الاجتماعية والكفاءة الذاتية الأكاديمية والكفاءة الذاتية الانفعالية، ويحتوي كل بعد على (8) بنود، يجيب المفحوص عليها وفق مقياس ليكرت الخماسي النقاط، يتراوح من (أبداً – نادراً – أحياناً – غالباً – دائماً)، تتراوح مدة تطبق المقياس من (10–15 دقيقة)، والجدول(3) يوضح توزع البنود على الأبعاد.

الجدول(3) توزع بنود مقياس الكفاءة الذاتية ضمن أبعاده

البعد	البنود
الكفاءة الذاتية الأكاديمية	8-7-6-5-4-3-2-1
الكفاءة الذاتية الاجتماعية	16-15-14-13-12-11-10-9
والكفاءة الذاتية الانفعالية	24-23-22 -21-20-19-18-17

صدق مقياس الكفاءة الذاتية:

1-الصدق المنطقي: تم عرض المقياس على ستة محكمين من أعضاء الهيئة التدريسية في جامعة دمشق، من ذوي الخبرة والكفاءة في مجالات الإرشاد النفسي والقياس والتقويم وعلم النفس، للتأكد من أن بنود المقياس تقيس الهدف الذي وضعت من أجله، وكانت تم نسبة الاتفاق على بنود المقياس (91%)، وبالاعتماد على معيار "كوبر" دلالة نسبة الاتفاق بين المحكمين والذي ينص على أن نسبة الاتفاق على بنود المقياس يجب أن تدور حول (85%) فأكثر لتكون دالة (Al Mufti, 1984, p61)، نجد أن نسب اتفاق المحكمين حول بنود المقياس كانت كافية.

2- الاتساق الداخلي: تم حساب معاملات الارتباط بين درجات بنود مقياس الكفاءة الذاتية وأبعاده ودرجته الكلية بطريقة معاملات الارتباط بيرسون، الجدول (4) يبين النتائج:

الجدول (4) معاملات ارتباط بيرسون بين درجات بنود وأبعاد مقياس الكفاءة الذاتية والدرجة الكلية

البعد	رقم البند	درجة ارتباط البند مع الدرجة الكلية	البعد	رقم البند	درجة ارتباط البند مع الدرجة الكلية	البعد	رقم البند	درجة ارتباط البند مع الدرجة الكلية
الكفاءة الذاتية الاجتماعية	1	0.656**	الكفاءة الذاتية الأكاديمية	9	0.551**	الكفاءة الذاتية الانفعالية	17	0.483**
	2	0.553**		10	0.661**		18	0.425**
	3	0.566**		11	0.635**		19	0.554**
	4	0.575**		12	0.534**		20	0.523**
	5	0.453**		13	0.452**		21	0.654**
	6	0.566**		14	0.428**		22	0.552**
	7	0.657**		15	0.652**		23	0.345**
	8	0.467**		16	0.365**		24	0.465**
ارتباط البعد مع الدرجة الكلية		0.534**	ارتباط البعد مع الدرجة الكلية		0.552**	ارتباط البعد مع الدرجة الكلية		0.475**

يستنتج من الجدول(4) أن معاملات الارتباط بين بنود مقياس الكفاءة الذاتية ودرجته الكلية دالة إحصائياً وأن درجات ارتباط كل بند بالدرجة الكلية للمقياس كانت دالة عند مستوى دلالة (0.01)، ويمكن الوثوق بها، وهذه النتيجة تشير إلى تمتع المقياس بدرجة جيدة من صدق الاتساق الداخلي ويمكن الوثوق به واعتماده على عينة البحث الأساسية.

3-الصدق التمييزي: تم أخذ الربع الأعلى من درجات المفحوصين بلغ عددهم /10/ أفراد ومقارنتها مع الربع الأدنى و بلغ عددهم /10/ أفراد، لتصبح العينة /20/، ومن ثم تم تقدير الفروق بين كلا المجموعتين، وذلك بحساب الفروق بين متوسطات درجات عينتين مستقلتين. والجدول (5) يوضح النتائج:

جدول (5) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للمجموعتين العليا والدنيا لمقياس الكفاءة الذاتية

الكفاءة الذاتية		المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الحرية	ت ستودنت	قيمة P الاحتمالية	القرار
الكفاءة الذاتية الاجتماعية	المجموعة الدنيا	9.0400	1.71950	18	-6.565	0.00	دال
	المجموعة العليا	16.7200	1.10000				
الكفاءة الذاتية الأكاديمية	المجموعة الدنيا	11.6400	4.17213	18	-8.855	0.00	دال
	المجموعة العليا	20.9600	3.20780				
الكفاءة الذاتية الانفعالية	المجموعة الدنيا	8.9200	3.46314	18	-7.133	0.00	دال
	المجموعة العليا	15.1600	2.67208				
الدرجة الكلية	المجموعة الدنيا	21.8000	1.77951	18	-26.128	0.00	دال
	المجموعة العليا	62.8000	2.72336				

من الجدول(5) يتضح أن قيم p الاحتمالية أصغر من 0,05، ما يؤكد وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين العليا والدنيا لمقياس الكفاءة الذاتية، ما يقدم مؤشراً على قدرة المقياس التمييزية.

ثبات مقياس الكفاءة الذاتية: تم حساب الثبات بطريقتين ألفاكرونباخ (الاتساق الداخلي) والتجزئة النصفية باستخدام معامل جوثمان ومعادلة سبيرمان براون لتصحيح أثر التجزئة. والجدول(6) يوضح ذلك.

الجدول (6) قيم ألفا كرونباخ ومعامل جوثمان و سبيرمان براون لمقياس الكفاءة الذاتية

الكفاءة الذاتية	عدد البنود	معامل ألفا كرونباخ	معامل التجزئة النصفية جوثمان	تصحيح أثر التجزئة سبيرمان براون
الكفاءة الذاتية الاجتماعية	8	0.785	0,766	0.788
الكفاءة الذاتية الأكاديمية	8	0.722	0687	0.693
الكفاءة الذاتية الانفعالية	8	0.723	0.719	0.713
الدرجة الكلية	24	0.734	0.745	0.751

من الجدول (6) نستنتج أن قيم معامل ألفاكرونباخ ومعاملات ثبات التجزئة النصفية لأبعاد المقياس هي قيم مقبولة وفق المعايير المتعارف عليها و يمكن الوثوق بها، مما يدل على ثبات المقياس.

وبناءً على ذلك يمكن الوثوق بالمقياس لتطبيقه على عينة البحث الأساسية والإجابة عن أسئلته وفرضياته.

ثانياً: مقياس التعبير العاطفي:

وصف المقياس: تم اعتماد مقياس بيركلي التعبيري للتعبير العاطفي من إعداد غروس وآخرون (Gross & John & Richards, 2000)، وعملت الباحثة على ترجمته وإعداده للغة العربية، يتكون المقياس من 16 بنداً، تتوزع على ثلاثة أبعاد، وهي: (التعبير السلبي، والتعبير الإيجابي، وقوة الاندفاع)، يجيب المفحوص عليها وفق مقياس ليكرت من 7 نقاط يتراوح من 1 (لا أوافق بشدة) إلى 7 (أوافق بشدة)، يمكن للباحثين إما الاحتفاظ بالجوانب الثلاثة كدرجات منفصلة أو يمكنهم دمجها معاً لتشكيل مقياس تعبير عاطفي شامل، والجدول(7) يوضح توزع البنود.

الجدول(7) توزع بنود مقياس التعبير العاطفي ضمن أبعاده

البعد	البنود	البنود المصاغة صياغة سلبية
التعبير السلبي	3 ، 5 ، 8 ، 9 ، 13 ، 16	3 - 8 - 9
التعبير الإيجابي	1 ، 4 ، 6 ، 10	–
قوة الاندفاع	2 ، 7 ، 11 ، 12 ، 14 ، 15	–

صدق مقياس التعبير العاطفي:

1-صدق الترجمة : للتحقق من صدق ترجمة أداة البحث تم اعتماد طريقة الترجمة العكسي، بحث ترجمت الباحثة النسخة الأصلية للمقياس باللغة الانكليزية إلى اللغة العربية، والتحقق من سلامة الترجمة من خلال عرضه على مختص في اللغة الإنكليزية، وإعادة ترجمة النسخة المترجمة " المعربة " إلى اللغة الإنكليزية، وذلك للتحقق من صدق الترجمة العكسية، ومن ثم المقارنة بين النسخة المترجمة عكسياً، والنسخة الأصلية للمقياس من قبل المتخصصين في اللغة الإنكليزية.

2- الصدق المنطقي: عرض المقياس على ستة محكمين من أعضاء الهيئة التدريسية في جامعة دمشق، من ذوي الخبرة والكفاءة في مجالات الإرشاد النفسي والقياس والتقويم وعلم النفس، ومن خلال تطبيق معادلة كوبر لاتفاق المحكمين، كانت نسبة اتفاق المحكمين على عبارات المقياس (87%) وأن أعلى نسبة اتفاق كانت (91%)، نجد أن نسبة الاتفاق حول عبارات المقياس كانت دالة، وتم إجراء بعض التعديلات اللغوية المقترحة من قبل المحكمين.

3- الاتساق الداخلي: تم حساب معاملات الارتباط بين درجات بنود مقياس الكفاءة الذاتية وأبعاده ودرجته الكلية بطريقة معاملات الارتباط بيرسون، الجدول (8) يبين النتائج:

الجدول (8) معاملات ارتباط بيرسون بين درجات بنود مقياس التعبير العاطفي والدرجة الكلية

البعد الأول	رقم البند	درجة ارتباط البند مع الدرجة الكلية	البعد الثاني	رقم البند	درجة ارتباط البند مع الدرجة الكلية	البعد الثالث	رقم البند	درجة ارتباط البند مع الدرجة الكلية
التعبير السلبي	3	0.662**	التعبير الإيجابي	1	0.453**	قوة الاندفاع	2	0.525**
	5	0.527**		4	0.354**		7	0.422**
	8	0.512**		6	0.465**		11	0.464**
	9	0.545**		10	0.687**		12	0.553**
	13	0.676**			——		14	0.448**
	16	0.539**			——		15	0.582**
درجة ارتباط البعد مع الدرجة الكلية		0.615**	درجة ارتباط البعد مع الدرجة الكلية		0.563**	درجة ارتباط البعد مع الدرجة الكلية		0.543**

يستنتج من الجدول (8) أن معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس التعبير العاطفي ودرجته الكلية دالة إحصائياً، وأن درجات ارتباط كل بند بالدرجة الكلية للمقياس كانت دالة عند مستوى دلالة (0.01)، وهذه النتيجة تشير إلى تمتع المقياس بدرجة جيدة من صدق الارتباطات الداخلية ويمكن الوثوق به واعتماده على عينة البحث الأساسية.

4-الصدق التمييزي: تم أخذ الربع الأعلى من درجات المفحوصين الذين بلغ عدهم /10/ أفراد ومقارنتها مع الربع الأدنى والذي بلغ /10/ أفراد، ومن ثم تم تقدير الفروق بين كلا المجموعتين، وذلك بحساب الفروق بين متوسطات درجات عينتين مستقلتين، والجدول (9) يوضح ذلك.

جدول (9)الفروق بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للمجموعتين العليا والدنيا لمقياس التعبير العاطفي

التعبير العاطفي		عدد الأفراد	المتوسط	الانحراف المعياري	ت ستودنت	قيمة p الاحتمالية	القرار
التعبير السلبي	المجموعة العليا	10	37.1500	5.26213	12.378	0.00	دال
	المجموعة الدنيا	10	11.5600	7.00048			
التعبير الإيجابي	المجموعة العليا	10	25.5600	5.31570	9.800	0.00	دال
	المجموعة الدنيا	10	8.4800	6.90483			
قوة الاندفاع	المجموعة العليا	10	38.3200	2.38258	7.956	0.00	دال

	المجموعة الدنيا	10	9.4700	2.98719			
الدرجة الكلية	المجموعة العليا	10	98.3200	7.86193	18.404	0.00	دال
	المجموعة الدنيا	10	30.4800	9.30555			

يتضح أن قيم p الاحتمالية أصغر من 0,05 وبذلك نقبل الفرضية البديلة بوجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات المجموعتين العليا والدنيا، فيقدم مؤشراً على قدرة المقياس التميزية بين مرتفعي ومنخفضي التعبير العاطفي.

ثبات مقياس التعبير العاطفي: تم حساب الثبات بطريقتين ألفاكرونباخ (الاتساق الداخلي) والتجزئة النصفية باستخدام معامل جوثمان ومعادلة سبيرمان براون لتصحيح أثر التجزئة.

جدول (10) قيم ألفا كرونباخ ومعامل جوثمان و سبيرمان براون لمقياس التعبير العاطفي ودرجته الكلية

المقياس	عدد البنود	معاملات ألفا كرونباخ	معامل التجزئة النصفية جوثمان	تصحيح اثر التجزئة سبيرمان براون
التعبير السلبي	6	0.608	0.649	0.663
التعبير الإيجابي	4	0.623	0.625	0.645
قوة الاندفاع	6	0.743	0.745	0.759
الدرجة الكلية	16	0.765	0.701	0.747

من الجدول (10) نستنتج أن قيم ألفا كرونباخ قيم يمكن الوثوق بها وتشير للاتساق الداخلي لدرجات المقياس الكلية وأبعاده الفرعية، ومعاملات ثبات التجزئة النصفية بعد تصحيح أثر التجزئة أيضاً قيم دالة،

وبناءً على ذلك يمكن الوثوق بالمقياس لتطبيقه على عينة البحث الأساسية والإجابة عن أسئلته وفرضياته.

الأساليب الإحصائية المستخدمة: تم استخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية Spss في البحث، معاملات الارتباط بيرسون للتحقق من صدق البنية الداخلية، ولحساب العلاقة بين المتغيرات التابعة والمستقلة، وقانون ت ستيودنت لعينتين مستقلتين للتحقق من الصدق التمييزي والفروق وفق المتغير الجنس، معادلة ألفا كرونباخ ومعادلة جوثمان وسبيرمان بروان لتصحيح التجزئة لحساب ثبات التجزئة، ومعادلة الانحدار الخطي المتعدد للتنبؤ، وتقدير قيمة المتغير التابع التعبير العاطفي من المتغيرات المستقلة أبعاد مقياس الكفاءة الذاتية.

عرض فرضيات البحث ومناقشتها وتفسيرها:

1. لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس التعبير العاطفي ودرجاتهم على مقياس الكفاءة الذاتية.

الجدول(11) معامل الارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة البحث على أبعاد مقياسي التعبير العاطفي و الكفاءة الذاتية

المقياس		الكفاءة الذاتية			الدرجة الكلية
		الكفاءة الذاتية الاجتماعية	الكفاءة الذاتية الأكاديمية	الكفاءة الذاتية الانفعالية	
التعبير العاطفي	التعبير السلبي	.420**	.341**	.530**	.461**
	التعبير الإيجابي	.358**	.632**	.472**	470**
	قوة الاندفاع	.543**	.467**	.306**	.410**
الدرجة الكلية		.412**	.588**	.524**	.514**

**دال عند مستوى الدلالة 0,01 .

يتضح من الجدول(11) وجود علاقة ارتباطية ايجابية دالة احصائياً بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس التعبير العاطفي وبين درجاتهم على مقياس الكفاءة الذاتية عند مستوى دلالة (0.01)، وبذلك نرفض الفرضية الصفرية ونقبل الفرضية البديلة التي تنص على وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد العينة على مقياس التعبير العاطفي ودرجاتهم على مقياس الكفاءة الذاتية عند مستوى الدلالة (0,05)، وقد تراوحت بين /**306. **632./أعلاها بين الكفاءة الذاتية الأكاديمية وبعد التعبير الإيجابي.

يمكن تفسير هذه النتيجة بأن للكفاءة الذاتية هي توقع الفرد بأنه قادر على أداء السلوك الذي يحقق نتائج مرغوب فيها في أي موقف (Jaber,1986, p442)، ولها دور هام في ثقة الإنسان بنفسه، وهذا يعني أنه عندما تواجه الفرد مشكلة أو موقف يتطلب تعبير عاطفي معين فإن الفرد، قبل أن يقوم بسلوك ما، يعزو لنفسه القدرة على القيام بهذا السلوك، وهذا ما يشكل الشق الأول من الكفاءة الذاتية، في حين يشكل إدراك هذه القدرة الشق الثاني من الكفاءة الذاتية (Schwarzer,1990)، ومن ثم يأتي سلوك التعبير العاطفي المطلوب، فالفرد الذي يكون مقتنع بأنه يمتلك بالفعل المعرفة والقدرة (أي الكفاءة الذاتية اللازمة) للقيام بسلوك ما، يساعده ذلك على التعبير عن عواطفه بصورة ناجحة، وحسب براون (Brawn, 2003,P384)

" الأشخاص المؤهلون عاطفياً يعبرون عن مشاعرهم بطريقه تتوافق مع الموقف واحتياجات الشخص والآخرين، ويحاولون عدم قمع ردود فعلهم المناسبة "، فالتعبير عن المشاعر والانفعالات هو مفتاح الكفاءة، فإن ارتفاع مستوى الكفاءة الذاتية يساعد الفرد على التعبير العاطفي السوي، فأصحاب التوقعات المرتفعة للكفاءة الذاتية يكونون قادرين على التعبير العاطفي بالوقت المناسب وبالطريقة التي يدعيها الموقف.

2. لا يمكن التنبؤ بالتعبير العاطفي انطلاقاً من الكفاءة الذاتية لدى أفراد عينة البحث.

تم استخدام معادلة الانحدار المتعدد (Stepwise Multiple Line Regression) على اعتبار أن التعبير العاطفي متغيراً تابعاً، في حين كانت أبعاد الكفاءة الذاتية المدركة تمثل متغيرات مستقلة، وينتج عن هذا النموذج معادلة إحصائية خطية تفسر العلاقة بين المتغيرات وتمكن من التنبؤ وتقدير قيمة المتغير التابع من المتغيرات.

معادلة الانحدار الخطي المتعدد $\hat{y} = b_0 + b_1 x + e$

Y= المتغير التابع (التعبير العاطفي)، e= البواقي (الخطأ العشوائي)، b_0 ـ ثابت الانحدار، b_1 = معامل الانحدار ، X= المتغيرات المستقلة (أبعاد الكفاءة الذاتية المدركة).

تم فحص العلاقة بين المتغيرات المستقلة والمتغير التابع، وقد اعتمد النموذج (Stepwise) وهو تحليل انحدار خطي متدرج بخطوات متتالية وهي الطريقة الأفضل والأكثر استخداماً، إذ تعتمد هذه الطريقة على إدراج أقوى المتغيرات المستقلة تأثيراً على التتالي، والجدول(11) يوضح وجود ارتباطاً دال إحصائياً بين التعبير العاطفي، وأبعاد الكفاءة الذاتية عند مستوى دلالة 0.01 .

ولتحديد أثر المتغيرات المستقلة (أبعاد الكفاءة الذاتية المدركة) بالمتغير التابع التعبير العاطفي وإمكانية التنبؤ، كان لابد في البداية، من تحديد اختبارات تشخيص للازدواجية الخطية، والتحقق من عدم وجود ازدواج خطي بين المتغيرات المستقلة كونهما أحد شروط إجراء تحليل الانحدار المتعدد، والجدول(12) يوضح ذلك.

الجدول (12)الانحدار الخطي المتعدد المتدرج للقدرة التنبؤية لأبعاد الكفاءة الذاتية في التعبير العاطفي

	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الاحصائية
الانحدار	7.344	3	2.448	23.265	0.000
البواقي	68.16	297	0.230		
الكلي	75.504	300			

يتضح من الجدول السابق أن قيمة" ف " قد بلغت(23.265) ، بدلالة إحصائية0.000 ، مما يعني إمكانية المتغيرات المستقلة (أبعاد الكفاءة الذاتية) على التنبؤ بالتعبير العاطفي، وهي تقدم شرطاً للوثوق بنتائج تحليل الانحدار المتعدد، ولتحديد القدرة التنبؤية النسبية لكل بعد من أبعاد الكفاءة الذاتية.

الجدول (13) نتائج اختبار الفرضيات الانحدارية للمتغير المتنبئ ومعامل الارتباط المتعدد له

المتنبئ به	النموذج الرئيس	النموذج الفرعي	ر	$ر^2$	$ر^2$ المعدل	الخطأ المعياري للتقدير	إحصائيات التغير		
							$ر^2$ التغير	ف المحسوبة للتغير	الدلالة الإحصائية للتغير
التعبير العاطفي	1	أ1	0.384	0.148	0.144	0.328	0.148	42.984	0.00
		ب2	0.408	0.167	0.160	0.325	0.019	5.568	0.01
		ج3	0.447	0.200	0.190	0.319	0.033	10.241	0.00
		أ	المتنبئات :(ثابت الانحدار)، الكفاءة الاجتماعية						
		ب	المتنبئات :(ثابت الانحدار)، الكفاءة الاجتماعية، الكفاءة الأكاديمية						
		ج	المتنبئات :(ثابت الانحدار)، الكفاءة الاجتماعية، الكفاءة الأكاديمية، الكفاءة الانفعالية.						

يتضح من الجدول(13) نتائج اختبار الفرضيات الانحدارية للمتغير المتنبئ ومعامل الارتباط المتعدد له ومقدار تفسيره حسب أسلوب إدخال المتغيرات المتنبئة على المعادلة الانحدارية. فالنموذج التنبئي الخاص بالمتغيرات المستقلة (المتنبئة: الكفاءة الاجتماعية، الكفاءة الأكاديمية، الكفاءة الانفعالية.) والمتغير المتنبئ به (التعبير العاطفي) قد كان دالاً إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05) بأثر نسبي مفسراً ما مقداره 20.0% من التباين المفسّر الكلي للنموذج التنبؤي الخاص بالمتنبئ به(التابع: التعبير العاطفي).

بالإضافة إلى ما تقدم، تم حساب أوزان الانحدار اللامعيارية، وأوزان الانحدار المعيارية، وقيم (ت) المحسوبة للمتغيرات المتنبئة بالمتغير المتنبئ به وفقاً لطريقة إدخال المتغيرات المتنبئة إلى النموذج التنبؤي (Stepwise)، ولكتابة معادلة الانحدار كان لابد من تحديد ثابت الانحدار ودلالة تأثير المتغيرات المستقلة على المتغير التابع

الجدول (14) قيمة الثابت ومعاملات الانحدار ودلالتها الإحصائية للمتغيرات المستقلة على المتغير التابع

المتنبئ به	النموذج الرئيسي	النموذج الفرعي	المتنبئات	الأوزان اللامعيارية		الأوزان المعيارية	قيمة ت المحسوبة	الدلالة الإحصائية	احصائيات الازدواج الخطي	
				B	الخطأ المعياري	B			Tolerance التفاوت	VIF عامل تضخيم التباين
التعبير العاطفي	1	3	(ثابت الانحدار)	1.611	0.126		12.762	0.00		
			الكفاءة الاجتماعية	0.443	0.078	0.759	5.655	0.00	.744	1.343

		الكفاءة الأكاديمية	0.258	0.073	0.513	3.537	0.00	.744	1.343
		الكفاءة الانفعالية	0.134	0.042	0.0220	3.200	0.00	.744	1.343

من الجدول(14) يمكن ملاحظة ما يلي: قيمة عامل التضخيم التباين VIF في حالة المتغيران المستقلان تساوي 1,343 وهي أصغر من القيمة /10 / ما يشير إلى عدم وجود تزاوج خطي ما يقدم شرطاً إضافياً للثقة بتحليل الانحدار المتعدد، ويتضح أيضاً أن النتائج الخاصة بالنماذج التنبؤية قد كانت على النحو الآتي: كلما زاد بعد(الكفاءة الذاتية الاجتماعية) لدى أفراد عينة البحث بمقدار وحدة معيارية واحدة فإن (التعبير العاطفي) يزداد بمقدار (0.759) من الوحدة المعيارية، علماً أن المتغير المتنبئ قد كان دالاً إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.05، وكذلك كلما زاد بعد(الكفاءة الذاتية الأكاديمية) لدى أفراد عينة البحث بمقدار وحدة معيارية واحدة فإن (التعبير العاطفي) يزداد بمقدار (0.513) من الوحدة المعيارية، علماً أن المتغير المتنبئ قد كان دالاً إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.05، إضافة إلى ذلك كلما زاد بعد(الكفاءة الذاتية الانفعالية) لدى أفراد عينة البحث بمقدار وحدة معيارية واحدة فإن (التعبير العاطفي) يزداد بمقدار(0.22) من الوحدة المعيارية.

إنّ معادلة الانحدار للتنبؤ بالأوزان البائية للأغراض التفسيرية الخاصة بالنموذج التنبؤي الأول هي:

$$Y = 1.611 + (0.443)\ X3 + (0.258)\ X2 + (0.134)\ X1$$

حيث أن: X1 ترمز إلى الكفاءة الانفعالية، X2 ترمز إلى الكفاءة الأكاديمية، X3 ترمز إلى الكفاءة الاجتماعية.

علماً بأن معادلة الانحدار المعيارية لأغراض تنبؤية، هي: $Z = 0.759\ Z3 + 0.513\ Z2 + 0.220\ Z1$

حيث إن Z1 ترمز إلى الكفاءة الانفعالية، Z2 ترمز إلى الكفاءة الأكاديمية، Z3 ترمز إلى الكفاءة الاجتماعية.

ولنفسر هذه النتيجة نذكر أن امتلاك الطلبة مستوى مرتفع من الكفاءة الذاتية يساعدهم على ضبط انفعالاتهم والسيطرة عليها بما يتناسب مع الموقف، وما يجعلهم أكثر قدرة مقارنةً مع غيرهم على فهم مشاعرهم ومشاعر الآخرين والاستجابة لها، وهذا كله له انعكاساته على الطلبة بصورة ايجابية (AL Farihat& Muqabalh2018,p184)، فالفرد الذي يمتلك كفاءة ذاتية مرتفعة، يفسح لنا المجال للتنبؤ بقدرته على التعبير العاطفي.

3. يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد العينة البحث على مقياس الكفاءة الذاتية تبعاً لمتغير الجنس.

تم حساب الفروق بين الجنسين في الكفاءة الذاتية، من خلال تطبيق قانون ت ستيودنت لعينتين مستقلتين.

الجدول(15) المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد عينة البحث في مقياس الكفاءة الذاتية وفقاً لمتغير الجنس

الكفاءة الذاتية	الجنس	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة ت ستيودنت	الاحتمالية P	القرار
الكفاءة الذاتية الاجتماعية	إناث	178	23.732	7.92324	298	3.872	0.00	دال
	ذكور	122	21.262	7.62962				
الكفاءة الذاتية الأكاديمية	إناث	178	22.443	3.32724	298	0.520	0.603	غير دال
	ذكور	122	22.562	3.21326				
الكفاءة الذاتية الانفعالية	إناث	178	19.253	6.90299	298	1.530	0.127	غير دال
	ذكور	122	18.842	7.69438				
الدرجة الكلية	إناث	178	45.889	14.96779	298	2.769	0.107	غير دال
	ذكور	122	45.432	15.83727				

من خلال الجدول(15) وبالنظر لقيمة الاحتمال p لمقياس الكفاءة الذاتية نجد أنها أكبر من 0,05، وبذلك نقبل الفرضية الصفرية التي تنص على عدم وجود فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث على مقياس الكفاءة الذاتية تبعاً لمتغير الجنس، وتتفق هذه النتيجة مع دراسات(Radwan,1997,) و (Mahmoud, Al-Jamali,2010)(Toman,2015)و(Bushina&Mujahideen,2019))، واختلفت مع دراسة(Khudair, 2016) ودراسة(Abu Ghazal & Alalawneh, 2010) التي أوجدت فروق لصالح الذكور، أما دراسة (Al-2010 ,Mikhlafi) فأوجدت فروق بين الجنسين لصالح الإناث في الكفاءة الذاتية الأكاديمية.

ويمكن تفسير النتيجة بأن الظروف العامة الاكاديمية والاجتماعية والانفعالية المسؤولة عن تشكيل وتعزيز الكفاءة الذاتية هي ظروف مشتركة لدى كل من الجنسين وخصوصاً لدى طلبة الجامعة، بالإضافة إلى المستوى الثقافي المتمثل في كون أفراد العينة من المستويات الجامعية (Radwan, 1997, p18)، وعلى الرغم من اختلاف الجنسين إلاّ أن لكل منهما مصادر خارجية تسهم في تشكيل الكفاءة الذاتية ، فالذكور قد يعتمدون على تقييمات الأقران والرفاق، في حين أن الإناث قد تعتمدن على تقييمات الأهل، وفي المحصلة النهائية نجد أن لكلا الجنسين مصادر لتعزيز الكفاءة الذاتية، ويمكن أن ترتفع مستوياتها لديهم من خلال الممارسة والتدريب المتواصل على بعض المهارات سواء كونه ذكر أو أنثى.

3. يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد عينة البحث على مقياس التعبير العاطفي تبعاً لمتغير الجنس.

للتحقق من صحة هذه الفرضية تم تطبيق قانون ت ستيودنت لعينتين مستقلتين، وفي الجدول(16) عرض للنتائج:

الجدول(16)المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد عينة البحث في مقياس التعبير العاطفي وفقاً لمتغير الجنس

التعبير العاطفي	الجنس	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة ت ستيودنت	P الاحتمالية	القرار
التعبير السلبي	إناث	178	26.991	7.92324	298	3.872	0.00	دال
	ذكور	122	23.536	7.62962				
التعبير الإيجابي	إناث	178	10.847	3.32724	298	0.520	0.603	غير دال
	ذكور	122	10.652	3.21326				
قوة الاندفاع	إناث	178	35.550	6.90299	298	1.530	0.127	غير دال
	ذكور	122	34.241	7.69438				
الدرجة الكلية	إناث	178	73.389	14.96779	298	2.769	0.006	دال
	ذكور	122	68.430	15.83727				

بالنظر إلى الجدول(16) ولقيم (ت ستيودنت) وقيمة الاحتمالp نجد أنها أصغر من 0,05 بالتالي نرفض الفرضية الصفرية ونقبل الفرضية البديلة التي تنص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث على مقياس التعبير العاطفي تبعاً لمتغير الجنس وهي لصالح الإناث فيظهرن مستوى أعلى بالتعبير العاطفي.

تقودنا الحكمة التقليدية إلى الاعتقاد بأن النساء أكثر عاطفية من الرجال، أو على الأقل أكثر تعبيراً عن المشاعر (Parkins, 2012, P47)، وتم دعم هذا الاعتقاد من خلال نتائج العديد من الأوراق البحثية التي تشير إلى أن النساء هن بالفعل أكثر تعبيراً من الناحية العاطفية كدراسة (Brody&Hall,2000) و (Kring&Gordon,1998)، إضافة إلى أن هناك بعض المشاعر التي تم ربطها مع متغير الجنس بشكل نمطي، يُعتقد أن مشاعر السعادة والخوف والحزن هي أكثر ما يميز النساء، في حين الرجال أكثر تميزاً بالغضب، وتُعتبر النساء أيضاً أكثر دقة بالتعبير عن المشاعر

(Kelly & Hutson-Comeaux, 1999,P 518). وأن الرجال يظهرون العاطفية التقييدية أي الميل لمنع التعبير عن بعض المشاعر، وعدم الرغبة في الإفصاح الذاتي عن المشاعر العميقة، وذكرت دراسة (Brody&Hall,2008) ما يشير إلى أن هذه الاختلافات قد تكون نتيجة لعمليات تنشئة اجتماعية معينة، وتتبع أساساً من الأدوار الجندرية الاجتماعية، بدلاً من البيولوجيا (Brody&Hall,2008,P398).

الاستنتاجات والتوصيات

تبين من خلال نتائج البحث وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الكفاءة الذاتية والتعبير العاطفي، واتضحت قدرة أبعاد الكفاءة الذاتية على التنبؤ بالتعبير العاطفي لدى أفراد عينة البحث، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً في الكفاءة الذاتية تبعاً لمتغير الجنس لدى أفراد عينة البحث، في حين وجدت فروق في التعبير العاطفي لصالح الإناث. وبناءً على ما سبق تم إدراج التوصيات التالية:

1. توفير خدمات الدعم النفسي لطلاب الجامعة وتشجيعهم على التعبير العاطفي الايجابي.
2. ضرورة إعداد برامج إرشادية وعلاجية من قبل المرشدين والأخصائيين النفسيين ترفع مستوى التعبير العاطفي والقدرة على فهم مشاعر الآخرين، لتعزيز الكفاءة الذاتية المدركة لدى طلبة الجامعة.
3. التأكيد على إقامة ورشات عمل للطلاب الجامعة لبيان أهمية الكفاءة الذاتية بأبعادها عند الطلبة.
4. العمل على إجراء دراسات أكثر توسعاً عن التعبير العاطفي نظراً لقلة الدراسات المهتمة به في البيئة المحلية، بالإضافة لإجراء أبحاث مستقبلية باستخدام عينة مختلفة في أبحاث مماثلة.

References

1. Abu Ghazal, M.; Alalawneh, S. *School justice and its relationship to perceived self-efficacy among a sample of primary school pupils in the governorate of Irbid: an evolutionary study*, Damascus University Journal; Vol 26, Issue(4), 2010,285-317.
2. AL Farihat, Afaf. Muqabalh, Nasr. *Predictive ability of the environment of family communication and social, emotional and academic competence with cognitive flexibility among tenth grade students in Ajloun Governorate*, Journal of Al-Quds Open University for Educational and Psychological Research and Studies; Vol 8, Issue (24), 2018,172-189.
3. Al Mufti, Muhammad Amin. *Teaching Behavior*. Kuwait: Arab Gulf Foundation, 1984.
4. Al Shoaibi, b.; Al Dhafri, S. *The relationship of emotional intelligence to beliefs of collective competence among mathematics teachers in the Sultanate of Oman*, The Jordanian Journal of Educational Sciences, Vol 16, No. (1) ,2020,44-33.
5. Al-Ibrahim, Asma B. *Emotional expression and marital compatibility among Jordanian women in light of some demographic variables*, Journal of the Faculty of Education at Al-Azhar University; N(180), Part One, 2018, 124-163.
6. Al-Mikhlafi, Abdul Hakim. *The effectiveness of the academic self and its relationship to some personality traits among students, "A field study on a sample of Sana'a University students"*, Damascus University Journal; Vol (26), Suppl 2010,481-514.
7. Bacon,Thomas. *Emotion Regulation: Managing Emotions*. NHS Fife Department of Psychology,help yourself{Internet},2016. www.moodcafe.co.uk, visited in october ,2020.
8. Bandura, A. *perceived self Efficacy in coping with cognitive stressore and opioid Activation*, Journal of personality and Social psychology , 1988, Vol, 55. No,3.
9. Brawn.Chris. *The role Emotional intelligence in the career commitment and decision making process*, journal of career assessment, 11(4), 2003, p379-392 .

10. Brody, L. R.; Hall, J. A.*"Gender and emotion in context"*. Handbook of Emotions، New York: Guilford 5(3)، 2008,395–408
11. Bushina, Saleh; Mujahideen, Al-Tahir. *Self-efficacy and its relationship to emotional management in adolescents with diabetes,* Unpublished PhD thesis in Psychology, University of Messila, Faculty of Humanities and Social Sciences, Algeria; 2019.
12. Ekman, P., & Friesen, W. V. *The repertoire of nonverbal behavior: Categories, origins, usage, and coding*. Semiotica,Vol 1, 1969,49-98.
13. Fathy, Nahed Ahmed. *Perceived self-efficacy, problem-solving ability and goal-oriented orientation as predictors of psychological immunity in academic excellence (Global Components of Psychological Immunometry),* Psychological Studies, V. 29, (3); 2019, 549-618.
14. Friedman,H.S. & Riggio, R.E. *Effect of individual differences in nonverbal expressiveness on transmission of emotion*. Journal of Nonverbal Behavior, Vol 7, 1981, 33-45.
15. Gross, J. J. & John, O. P. *Facets of emotional expressivity: Three self-report factors and their correlates*. Personality and Individual Differences, 19, No. 4,1995,555-568.
16. Gross, J. J. & John, O. P. *Revealing feelings: Facets of emotional expressivity in self-reports, peer ratings, and behavior*. Journal of Personality and Social Psychology, 72, 1997, 435-448.
17. Gross, J. J. & Levenson, R. W. *Hiding feelings: The acute effects of inhibiting negative and positive emotion*. Journal of Abnormal Psychology, 106, 1997, 95-103.
18. Gross, J.,John, P.,& Richards, M. *The dissociation of emotion expression from emotion experience: A personality perspective*. Personality and Social Psychology, 26, (2000), 712-726.
19. Hess, Ursula & Sene´cal, Sacha. *Emotional expressivity in men and women: Stereotypes and self-perceptions Department of Psychology*, Canada: University of Quebec at Montreal,14 (5), 2000, 609–642.
20. Ibrahim, Marawan A. *Foundations of scientific research for the preparation of university theses*. 1st floor, Amman: Al-Warraq Foundation; 2000,(350).
21. Jaber, Jaber Abdel-Hamid. *Character Building, Dynamics, Growth, Research Methods, and Evaluation*. Cairo: Arab Renaissance House; 1986.
22. Kelly, J.R. & Hutson, S.L. *The Appropriateness of Emotional Expression in Women and Men: The Double-Bind of Emotion*. Journal of Social Behavior and Personality,vol15, 2000,515–528.
23. Khudair, Mervat I. *The efficiency of the perceived public self and its relationship to psychological flow and crisis management among school principals*. Journal of the College of Education, Al-Azhar University, Vol 35, Issue (169, C3), 2016, 13-62.
24. Kring, Ann M.& Smith, David A. & Neale, John M. *Individual Differences in Dispositional Expressiveness: Development and Validation of the Emotional Expressivity Scale*, Journal of Personality and Social Psychology, Vol. 66. No. 5, 1994, 934-949.
25. Lerner, Jennifer S. & Li, Ye. *Emotion and Decision Making*, Manuscript submitted for publication in the Annual Review of Psychology, 2014,1-76.
26. Mahmoud, Howayda H.; Al-Jamali, Fawzia A. *The effectiveness of the perceived self and the extent of its impact on the quality of life of university students who have excelled and stumbled in studies*, Amarabac scientific refereed journal issued by the American Arab Academy of Science and Technology; Vol (1) 1, 2010,61-115.
27. Mehrabian, A. *A semantic space for nonverbal behavior*. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 35,1970, 248-275.
28. Muris, P. *Self Efficacy Questionnaire for Children*. Journal of Psychology and Behavioral Assessment, 23, 2002,145-149.
29. Osgood, C. E. *Dimensionality of semantic space for communication via facial expression*. Journal of Psychology, (7), 1966,1-30.
30. Parkins, R. *Gender and emotional expressiveness: An Analysis of Prosodic Features in Emotional Expression*, Griffith Working Papers in Pragmatics and Intercultural Communication, 5(1), 2012, 46-54.

31. Radwan, Samer J. Self-Efficiency Outlook, "Theoretical Building and Measurement", Sharjah: Journal of Social Affairs, Issue (55) 14, 1997,25-51.
32. Scherer, K. R. *Vocal communication of emotion: A review of research paradigms*. Speech Communication, 40, 2003, 227-256.
33. So-Wan, Wong. *Channeling Our Feelings: A 30-Culture Study on Emotional Expressivity, Emotionality, and Emotional Control*, for the degree of Master's of Philosophy in Psychology at the Chinese University of Hong Kong, 2004.
34. Ståhl , Anna. A Foundation for Emotional Expressivity, 2005, (1-23),visited in11 Nov 2020, https://www.researchgate.net/publication/232613334
35. Toman, Wafa M. *Self-efficacy and its relationship to behavior disorder among students enrolled in vocational training centers in Gaza governorates, u*npublished master's thesis, Gaza: The Islamic University; 2015.
36. Usher, E. L., & Pajares, F. *Sources of self-efficacy in school: Critical review of the literature and future directions*. Review of educational research, 78(4), 2008, 751-788.
37. Worick, Cara E. *Beliefs About Self- Control and Regulation: Do They Matter for College Performance?*, A thesis of Master of Science in Education in the College of Education at the University of Kentucky, Lexington: Kentucky,2018.
38. Yaequb, Nefield. *Perceived self-efficacy and its relationship to achievement motivation and academic achievement* among students of King Khalid University's colleges in Bisha, Kingdom of Saudi Arabia, Journal of Educational and Psychological Sciences, Vol(13), 3; 2012,17-98.
39. Zimmerman, B. J. *Self-efficacy: An essential motive to learn*. Contemporary Educational Psychology, 25(1), 2000,82-91.