

Research Article

The Predictability of Defensive Pessimism in Academic Ambition among Graduate Students at Yarmouk University

القدرة التنبؤية للتشاؤم الدفاعي بالطموح الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا بجامعة اليرموك

Esraa Hamdan^{1*}, Manar bni Mustafa¹.

¹Yarmouk University, Irbid, Jordan.

ARTICLE INFO

Article history:

Received 30 Mar 2022

Accepted 12 May 2022

Published 01 Apr 2024

*Corresponding author:

Yarmouk University, Irbid, Jordan University.

Email: esraa.enab985@gmail.com.

Abstract

This study aimed to reveal the predictive ability of defensive pessimism about the academic ambition of graduate students at Yarmouk University in the light of some variables: gender, marital status, work, academic stage, and specialization, where the study sample consisted of (292). Male and female students of the second semester of the academic year 2021/2022, It was selected according to the available method. The scale of academic ambition and defensive pessimism was built by the two researchers to achieve the study objectives, whereas the values of the correlation coefficients for the items of the defensive pessimism scale for construction honesty ranged between (0.38-0.78), The value of the internal consistency coefficient of the defensive pessimism scale was (0.79). Also, the values of the correlation coefficients for the items of the Academic Ambition Scale for Building Honesty ranged between (0.40-0.66), and the internal consistency of the Academic Ambition Scale was (0.83). Where the results of the study indicated that the level of academic ambition among graduate students was high, and the level of defensive pessimism was moderate, the level of defensive pessimism and the variable of specialization predicted the academic ambition, while the other variables did not predict any academic ambition, Where the defensive pessimism variable contributed in the first place with a relative effect, explaining an amount of (6.40) of the total variance, then the specialization variable contributed with a relative effect of (1.70%) of the variance, while the percentage of contribution that explaining the variance for the rest of the variables was not statistically significant at the level of significance ($\alpha=0.05$).

Keywords: academic ambition, defensive pessimism, graduate studies.

الملخص

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن القدرة التنبؤية للتشاؤم الدفاعي بالطموح الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة اليرموك في ضوء بعض متغيرات الجنس، والحالة الاجتماعية، والعمل، والمرحلة الدراسية، والتخصص، حيث تكونت عينة الدراسة من (٢٩٢) طالباً وطالبة، للفصل الثاني من العام الدراسي ٢٠٢١/٢٠٢٢، وقد تم اختيارها بالطريقة المتيسرة. ولتحقيق أهداف الدراسة تم بناء مقياس التشاؤم الدفاعي ومقياس الطموح الأكاديمي من قبل الباحثين.

حيث إن قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس التشاؤم الدفاعي لصدق البناء قد تراوحت بين (٠,٣٨ - ٠,٧٨)، وبلغت قيمة معامل ثبات الاتساق الداخلي لمقياس التشاؤم الدفاعي (٠,٧٩). كما أنّ قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس الطموح الأكاديمي لصدق البناء قد تراوحت بين (٠,٤٠ - ٠,٦٦)، وبلغ ثبات الاتساق الداخلي لمقياس الطموح الأكاديمي (٠,٨٣)، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن مستوى التشاؤم الدفاعي كان متوسطاً، وأن مستوى الطموح الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا كان مرتفعاً، وقد تنبأ مستوى التشاؤم الدفاعي ومتغير التخصص بالطموح الأكاديمي، ولم تتنبأ باقي المتغيرات بالطموح الأكاديمي، حيث أسهم في المرتبة الأولى متغير التشاؤم الدفاعي بأثر نسبي مفسراً ما مقداره (٦,٤٠٪) من التباين للطموح الأكاديمي، ثم أسهم متغير التخصص بأثر نسبي (١,٧٠٪) من التباين للطموح الأكاديمي. ولم تكن نسبة المساهمة التي تفسر التباين لبقية المتغيرات ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0,05$).

الكلمات المفتاحية: الطموح الأكاديمي، التشاؤم الدفاعي، الدراسات العليا.

١. المقدمة

١,١ الإطار النظري والدراسات السابقة

يشهد العالم الآن تعقيدات هائلة في المعرفة والعلم والتكنولوجيا ووسائل الاتصال، مما فرض مزيداً من التحديات والعقبات على المجتمعات لاستغلال كافة إمكانياتها ومواردها المالية والبشرية من أجل مواكبة هذا التقدم؛ ولا زال استغلال الطاقات البشرية في التعليم والبحث العلمي هو الطريق الموثوق لإيجاد طاقم مبدع وقادر على الابتكار والتطوير والنهوض في المجتمعات (Roth, 2019). يعتبر التعليم الجامعي بشكل عام والتعليم العالي بشكل خاص مرحلة مهمة للفرد، كونه مرحلة فاصلة وجذرية في حياته العلمية والعملية، فالتعليم الجامعي يساهم في زيادة خبرات ومهارات الفرد المختلفة مما يزيد من دافعيته للتعليم والفهم، والبحث العلمي يزيد من مستوى طموحاته الأكاديمية مما يساهم في الازدهار الوظيفي والأكاديمي للجامعات (Hershbe et al. 2014).

ولأهمية مرحلة التعليم العالي في تكوين شخصية الفرد وقدراته وطموحاته، سعت وزارة التعليم العالي والبحث العلمي في الأردن إلى مواكبة التطورات في العملية التعليمية في كافة المراحل الدراسية لرفد المجتمع بالكفايات العلمية المؤهلة لسد حاجات سوق العمل، ولتغطية جوانب الخلل، والتقدم والنهوض بالمجتمع في كافة المستويات، حيث أشارت إحصائيات وزارة التعليم العالي إلى ارتفاع نسبة المنتسبين لبرامج الدراسات العليا ما بين عام ٢٠٢٠/٢٠٢١ في كافة التخصصات، مما يشير إلى زيادة وعي وثقافة المجتمع وإيمانهم بدور التعليم العالي وأهميته في عملية النهوض بالفرد والمجتمع (وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، ٢٠٢٠).

ويساهم التعليم في مساعدة الفرد على اتخاذ القرارات والتقدم الفكري، كما يساهم في رفع مستوى طموحات الفرد الشخصية والمجتمعية، حيث صرح بعض مفكري الغرب أمثال أنجافيل (Angavel) المشار إليه في Guptcakumer أن الطموح لا يعد مسألة فردية، بل طريقة يعبر بها عن ثقافة المجتمع، فالطموح كبوابة تفسر الاختلافات حول الأهداف ومستويات الثقة والنضج والجودة في العمل الفردي (Guptcakumer, 2014).

ولأهمية الطموح كبعد من أبعاد الشخصية الإنسانية وصفه روبرت (Robert, 1989) بهدف الحياة، ومحرك أساسي يؤثر في حياة الأفراد والجماعات، لما يصدر عن الفرد من أنشطة وما يترتب عليه من إنجاز ودافعية، إذ أن طموحات الفرد وتطلعاته تحفزه إلى تحقيق النجاحات والإنجازات، كما يعمل الطموح كمؤشر على وجود الروح المعنوية والاجتماعية والشخصية؛ فهو يسلط الضوء على التفاعل البشري مع البيئة المحيطة والمجتمع، ولا يكفي اعتباره رغبة يراود تحقيقها بل هو متغير مهم لما يتركه من أثر على الأنشطة الفردية سواء في الوقت الحاضر أو المستقبل، والذي من خلاله تصمم خطة يعمل فيها الفرد للوصول إلى الهدف المخطط له، فالطموح يختلف عن الأحلام لأنه يحتاج إلى أنواع مختلفة من الدعم الفني والأكاديمي الذي تقدمه المؤسسات والجامعات، والذي يؤدي في النهاية إلى الحصول على مستوى أعلى من الرضا للطلاب وزيادة انتمائهم والتزامهم للمنظمات المجتمعية على اختلافها (Almomani & Theeb, 2016). فالطموح عملة ذات وجهين؛ في إحدى جوانبها يكمن الجانب المشرق الذي يتأثر بنظرة الفرد للمستقبل، فامتلاكه للبصيرة والتفكير السوي والتقدم في المجالات المختلفة في حياته، يدفعه إلى العمل والنشاط والإقدام، بينما الوجه الآخر تتداری به نظرة الفرد للمستقبل بمنظور سوداوي ومليء بالتشاؤم، الأمر الذي يدفعه إلى التراخي، والتهرب وإيجاد العقبات للهروب من المهام، فتوقع النجاح

اللاحق لمهام الفرد لها الأثر الأكبر على رسم مستوى الطموح لديه، بينما الإخفاق يقف عائقاً وذو تأثير على واقعية مستوى الطموح (خليل، ٢٠٠٢).

ونظراً لأن البيئات الأكاديمية ولا سيما كليات الدراسات العليا في الجامعات تعد من أكثر البيئات التعليمية التي يخضع فيها الطالب إلى قوة المنافسة، والمكافآت، و المعدل التراكمي، وتقييم للأداء الأكاديمي، من قبل أعضاء الهيئة التدريسية، جعلها تأخذ الدور الأهم بالنسبة للطلبة لتحسن تقدمهم الأكاديمي وإتقان مهامهم، وتعد هذه البيئات محفزات للقلق من الفشل والتعرض للإحباط الذي قد يتعارض مع إتقان التعلم، والمهام الأكاديمية، ومن ثم تتعرض قيمة الذات واحترامها لدى الطلبة إلى التهديد، الذي قد ينتقص من صورتهم لذاتهم بشكل إيجابي، وكفاءتهم الذاتية، وانجازاتهم الأكاديمية، وبالتالي على طموحهم بشكل عام، الأمر الذي يستعدي من الطلبة اللجوء إلى استراتيجيات لحماية الذات (Covington, 1992).

وكأولوية عند البعض من الطلاب حماية إحساسهم بالقدرة، وتقييم الآخرين لقدراتهم، يقع التشاؤم الدفاعي ضمن الاستراتيجيات المعرفية لحماية الذات، عندما يسعى الفرد في تحقيق الأهداف والإنجازات، وإثبات الكفاءة الذاتية، وعلو المراتب، وهي تستلزم وضع التوقعات المنخفضة بمستوى أقل من تلك التقديرات الواقعية، بالإضافة إلى التفكير التأملي في جميع احتمالات النتائج للأحداث المستقبلية، بطريقة تساعد الفرد على تقليل القلق أثناء أداء المهمة والتي بدورها تعمل على تسهيل الأداء (Norem & Cantor, 1986) هذه التوقعات التي لا أساس لها من الصحة هي درع واقٍ ذاتياً لمشاعر تقدير الذات حيث تساعد التوقعات المنخفضة للطلاب على إدارة قلقهم بشكل فعال (Norem, 2001). في الواقع، هذا التفكير الذي يقوم به المتشائمون الدفاعيون هو حافز للاستعداد والتخطيط لكيفية تجنب الفشل، والذي غالباً ما يؤدي إلى أداء أكاديمي جيد، على الرغم من التعرض لضرر عاطفي كبير طويل الأمد (Nob- Bumanglag, Diwa & Ponce, 2018)، فالتشاؤم الدفاعي كإحدى الاستراتيجيات المعرفية التي أوضحها (Norem & Cantor, 1986) فشعور المتشائمون الدفاعيون بالقلق الشديد يضطرهم إلى وضع التوقعات المنخفضة للأداء القادم، على الرغم من معرفتهم المسبقة بتحقيقهم لأداء جيد في المواقف المماثلة في الماضي (Norem, 2001)، ولذلك أشارت الدراسات (Eronen, et al., 1998) أن التشاؤم الدفاعي الإستراتيجية الأكثر استخداماً في المجالات الأكاديمية، والتي يستخدمها الطلبة من ذوي الإنجاز المرتفع، والقلق الشديد، في مواقف الأداء المعروفة بطبيعتها المحفوفة بالمخاطر والتهديدات التي تغذي بدورها الرغبة القوية بالنجاح وتجنب الفشل (Norem & Cantor, 1986). "فشعور المتشائم الدفاعي بالقلق يولد لديه شعوراً بفقدان السيطرة والتحكم قبل أداء المهام الأمر الذي يدفعه إلى دخول المواقف وهو يتوقع الأسوأ" (Showers, 1992)، على الرغم من أدائه الناجح في المواقف المشابهة في الماضي (Norem & Cantor, 1986)، كاستجابة للقلق يعملون على وضع هذه التوقعات بطريقة تكون فيها أقل من الأداء الفعلي، والتفكير في جميع النتائج المحتملة للأحداث المستقبلية (Showers & Ruben, 1990)

نما مصطلح التشاؤم الدفاعي في منتصف ثمانينات العقد المنصرم، بسرعة ليصبح معروفاً بشكل خاص، لوصف الأفراد الذين يظهرون ميلهم للتفكير السلبي، ووضع توقعات منخفضة عند مواجهتهم لمهام يعتقدون بأنها تنطوي على تهديدات ومخاطر (Jarvis, 2009). وتزايدت شعبية التشاؤم الدفاعي؛ لانطباعه على حوالي ٢٥٪-٣٠٪ من الأفراد الذين يمكن وصفهم بالمتشائمين الدفاعيين، والذين يعدون من الأشخاص الناجحين، فالتشاؤم الدفاعي في تاريخ إنجازهم، لديه القليل مما يوحي بأنه سيفشل في أداء المهمات، وهذا يقود إلى حقيقة مفادها؛ بأن الحفاظ على النظرة الأكثر سلبية للأحداث حولهم قد تؤدي إلى نتائج محيرة في بدايتها، ولكنها منطقية عندما تخضع لمزيد من الدراسة والتقصي (Norem, 2002).

يرى جيمس (James, 2020) التشاؤم الدفاعي كاستراتيجية تنظيم التأثير، بأنها طريقة يتبعها المتشائم دفاعياً، لوضع توقعات سيئة ومنخفضة، حتى لو كان لديه دليل واضح على أن الأسوأ لن يحدث، ويتجاهل أي نجاح حققه في الماضي، ويفكر في الفشل بعبارات واضحة ومحددة، ويضع سيناريو يتخيل من خلاله كيف يتصرف على نحو سيء وبعده طرق مختلفة.

وضح شيموزو وآخرون (Shimizu, et al., 2019) أن التشاؤم الدفاعي، بناء له آثاره على الشخصية، بوصفه استراتيجية تمهيدية للأحداث أو أداء المهام المثيرة للقلق والإحباط، ويتم ضبط استراتيجية التشاؤم الدفاعي بعنصرين مهمين، أحدهما التوقع السلبي، حيث يعلق المتشائمون الدفاعيون آمالاً متواضعة فيما يتعلق بأدائهم، ويضعون توقعات منخفضة لإنشاء معايير للأداء الأقل صعوبة، والآخر الانعكاس؛ إذ يبدأ المتشائمون الدفاعيون بالتفكير في مختلف النتائج المحتملة من أحداث ونكسات سلبية قبل الحدث أو الأداء، فتنعكس بتأثير سلبي على أهدافهم (Norem & Illingworth, 1993). حيث يخدم تنشيط استراتيجية التشاؤم الدفاعي تحفيز الأفراد المتشائمين دفاعياً إلى اتخاذ إجراءات لتجنب النتائج السلبية المتصورة، بتحديدهم أدنى مستوى من التوقعات الواقعية، لحماية تقدير الذات من الفشل المحتمل، ليتبعه المساعدة على

تسخير وترويض القلق من الفشل المثار قبل أداء المهمات من خلال الاستعداد لهذه النتائج ودفعمهم للتفكير والتخطيط بما يصب في صالحهم بصورة ناجحة (Terda & Ura, 2015).

في دراسة كل من (Cantor & Norem, 1986) أشارا إلى أن المتشائمون الدفاعيين يستخدمون استراتيجية التشاؤم الدفاعي بهدف حماية أنفسهم، بتغيير معنى الفشل من خلال وضع توقعات منخفضة وغير واقعية حول المهام التي تستدعي تقييم الأداء فيها، فالمتشائم دفاعياً يتجنب الآثار السلبية للفشل بتبريره أن الاستراتيجية الانعكاسية هي سبب فشله في المهمة، وليس افتقاره الى القدرة، وذلك في سبيل حماية إحساسه بقيمة الذات (De Castella, et al., 2013) بالإضافة إلى دور استراتيجية التشاؤم الدفاعي في تهدئة الفرد المتشائم دفاعياً من القلق المنهك قبل أداء المهمة، والحفاظ على توقعات الفرد والآخرين من حوله تحت السيطرة (Shimizut, et al., 2016).

وكأحد التحديات لمفاهيم التشاؤم والتفاؤل الراسخة في الأذهان من عقود زمنية طويلة، ظهر خط بحثي كسر هذا الجمود وهو ما يسمى "التشاؤم الدفاعي" فالتشاؤم الدفاعي كاستراتيجية معرفية تقع ضمن دائرة استراتيجيات الحماية الذاتية، وهي استراتيجية تكيفية يستخدمها أفراد معينون استعداداً منهم لمواجهة مواقف مهمة تحمل احتمالية النجاح أو الفشل، إن الباع الطويل للبحث عن التشاؤم الدفاعي، لفت النظر إلى وجود أمر غير عاد ومألوف، إذ أنها المرة الأولى التي يكون بها التشاؤم وسيلة للتكيف ومفيداً لمن يستخدمه (Norem, 2001)، فالتشاؤم الدفاعي لا يعوق الأداء، لجميع الافراد الذين يستخدموه، وقد أكدت مجموعة من الأبحاث والدراسات التي تناولت التشاؤم الدفاعي بالتقصي والبحث في المواقف الأكاديمية، أن المتشائمين دفاعياً أدائهم جيداً، وقد يكون مرتفعاً على الرغم من توقعاتهم السلبية، وبرايمهم فإن التشاؤم الدفاعي ينطوي على جوانب تحفيزية (Cantor & Norem, 1989) بالإضافة إلى أن المتفائلين الاستراتيجيين لا يتفوقون على المتشائمين الدفاعيين في هذه المهام ، فعندما يكون الفرد يعمل ويجتهد بوجود دافع لديه يصبح دفاعياً، الأمر الذي يضطر المتشائمون الدفاعيون إلى التخلي عن توقعاتهم السلبية والتفكير في عواقب أدائهم في بعض الأحيان (Norem & Illingworth, 1993).

وترى الباحثان أن إستراتيجيات الحماية الذاتية المعرفية، قد تكون أفضل في أداء بعض المهمات من غيرها وذلك باختلاف المواقف، والأهداف المقصودة، حيث إن بعض الأفراد يقدمون أداء أفضل بوجود إستراتيجية معينة عن غيرها، حتى يصبح لديهم خبرة التكرار والإتقان بمرور الوقت، فيمارسونها بمهارة في نهاية المطاف. فالتشاؤم الدفاعي كاستراتيجية معرفية، هدفها الأول والأخير هو حماية الذات والقيمة لدى الأفراد، فمن المقبول أن نستنتج من الأبحاث والدراسات التي بحثت حولها، أن التشاؤم الدفاعي كشكل من أشكال التشاؤم الذي ينظر إليه بنطاق واسع أن التشاؤم "سيء" والتفاؤل "جيد"، على أنه جانب فرعي إيجابي من التشاؤم، وهو النظرة السلبية من علم النفس الإيجابي، قابل للتكيف ومرن ولديه فعالية توازي التفاؤل. وقد وجد كلويدوكونواي " أن التشاؤم الدفاعي استراتيجية للتفاوض بشأن المواقف الخطرة، وهو أسلوب متشائم يعزز الشعور بالسيطرة ولا يعجل بفقدان الروح المعنوية" (Slegman, 2006).

يؤكد بنتي ودرانجي (Bente & Drange, 2015) أن الطموح رغبة أو هدف لشخص ما، يتم تحقيقه من خلال نشاط منظم، وسلوك محدد، بينما يتم التعبير عن الطموح الوظيفي بأنه تعبير عن الغاية المنشودة التي من المفترض أن تعكس رغبات الفرد الداخلية في مستقبله المهني. ويعرفه Barsukova برغبة الفرد في الحصول على الاعتراف والأهمية في مجالات متنوعة من الأنشطة الإنسانية، ويتجلى ذلك من خلال خصائص في السلوك، وسمات شخصية معينة ومحددة في دوافع الفرد وأهدافه الأخرى والتي ترتبط مع الخصائص النفسية لديه (Barsukova, 2019). ويعتبر الأفراد طموحين عندما "يفكرون في الخطط والأهداف المستقبلية لمهنتهم، ويعزمون على الترقية وتحقيق مهنة جديدة ويوافقون على وصف أنفسهم بأنهم طموحين". (Elchardus & Smiths, 2008). ويعد مستوى الطموح من المتغيرات التي لها تأثير مهم في حياتنا اليومية ويلعب دوراً بارزاً في التوافق والتكيف النفسي والاجتماعي، والنجاح التربوي، ويرتبط بشجاعة الفرد، وروح المغامرة لديه (Ashley & Sherman, 2017).

وتؤدي الخصائص الديموغرافية والأكاديمية للطلاب دوراً رئيسياً في تطوير الطموحات للدراسات العليا في جميع المجالات، فللخصائص مثل الجنس وتعليم الوالدين والحالة الاجتماعية والاقتصادية تلعب دوراً مهماً في تطوير هذه الطموحات (English & Umbach, 2016; Carlton, 2015; Hanson et al., 2016) بالإضافة إلى أهمية الخصائص الأكاديمية للطلاب مثل المعدل التراكمي في برامج الدراسات العليا (Wolniak et al., 2019). وللعلاقات ما بين الطلاب وأعضاء الهيئة التدريسية دوراً رئيسياً في توفير القدوة لدفع الطلاب نحو الطموحات الأكاديمية (Hanson et al., 2016). كما أن للخصائص النفسية والاجتماعية دوراً بارزاً حيث تلعب الهوية والثقة في توجيه الطموح (Merolla & Serpe, 2013)، فامتلاك هوية علمية قوية تتمثل بمدى رؤية الطالب لأنفسهم على أنهم بمستوى عال من العلم، والكفاءة الذاتية حول

معتقدات الفرد حول اتقانه للمهارات البحثية العلمية والثقة في المهارات الأكاديمية داخل الفصول الدراسية لبرامج الدراسات العليا له تأثيره الإيجابي على طموحهم، إذ أكدت الدراسات التي تناولت هذه العوامل في كليات العلوم والتكنولوجيا والهندسة والرياضيات أنها تنبأت بشكل إيجابي برغبة الطلاب في الالتحاق ببرامج الدراسات العليا (Adedokun et al, 2013)

وفيما يلي مجموعة من أهم الدراسات التي تناولت متغيرات الدراسة "التشاؤم الدفاعي" الطموح الأكاديمي" لدى طلبة الدراسات العليا مرتبة من الأقدم للأحدث: أجرت جعيعص والحديدي (Gees & Hdebee, 2015) دراسة هدفت للكشف عن الفروق بين متوسطات درجات طلاب الجامعة مرتفعي ومنخفضي إعاقاة الذات في التفاؤل الإستراتيجي، والتشاؤم الدفاعي وجودة الحياة، والفرق بين متوسطي درجات طلاب الجامعة في إعاقاة الذات تعزى للنوع، والتخصص الدراسي، ومنطقة السكن والتفاعل بينهم، وتكونت عينة الدراسة من (٣٥٨) طالباً وطالبة، وشملت أدوات الدراسة: مقياس إعاقاة الذات، ومقياس جودة الحياة، ومقياس التشاؤم الدفاعي، ومقياس التفاؤل الإستراتيجي، وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات منخفضي ومرفعي إعاقاة الذات في جودة الحياة ككل وأبعادها العلاقات الاجتماعية الجيدة، والتفكير العقلاني، والشعور بالاستقلال والانتزان الانفعالي وفهم الذات، تعزى لبعض المتغيرات: النوع، والتخصص، ومنطقة السكن، والتفاعل بينهم، كما أن متغير إعاقاة الذات يتوسط العلاقة بين التفاؤل الإستراتيجي والتشاؤم الدفاعي وجودة الحياة لدى طلبة الجامعة.

أما دراسة رينيه وأليونا (Rene & Alyonna, 2018) هدفت للكشف عن قدرة أبعاد القلق من الامتحان (القلق والعاطفة) يمكن أن تنبأ بأداء المتقدمين إلى امتحانات الترخيص الفلبيني للعلاج الوظيفي والعلاج الطبيعي، كما وتهدف إلى التعرف ما إذا كان التشاؤم الدفاعي يمكن أن يؤثر على هذه العلاقة التنبؤية. تكونت العينة من (١٠١) فرداً ممن تقدموا لامتحان الترخيص للعلاج الوظيفي والطبيعي في الفلبين. تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد، وقد أظهرت النتائج إلى أن القلق يتنبأ بشكل سلبي بأداء الامتحان، والانفعالات مؤثر إيجابي بعد التحكم في القلق، وأن التشاؤم الدفاعي يضعف التأثير السلبي للقلق على أداء الامتحان، ولكنه لم يكن وسيطاً في العلاقة بين الانفعالية ونتائج الامتحان.

أما الدراسات التي تناولت الطموح الأكاديمي هي: أجرى هوانج (Huang, 2012) دراسة في تايوان هدفت للكشف عن العلاقة بين بيئات التعلم في مؤسسات التعليم العالي وبين الطموحات الأكاديمية ومستوى الرضا عن البيئة والحياة الجامعية. تكونت عينة الدراسة من (١٢٤٢) طالباً وطالبة تم اختيارهم عشوائياً من (٤٢) جامعة ومؤسسة تعليم عالي في تايوان. أشارت نتائج الدراسة إلى أن مستوى الطموحات الأكاديمية لدى الطلبة كان منخفضاً، بينما جاء مستوى الرضا عن البيئة الجامعية مرتفعاً. وأشارت النتائج إلى وجود أثر دال إحصائياً لبيئة التعلم في مؤسسات التعليم العالي في مستوى الطموحات الأكاديمية لدى الطلبة. كما بينت النتائج أن العلاقة بين أعضاء الهيئة التدريسية وبين الطلبة، وهي إحدى مجالات البيئة الجامعية كانت الأكثر تأثيراً في مستوى الطموحات الأكاديمية، وأشارت النتائج إلى أن توفر الموارد والمصادر في المكتبة الجامعية وتوفر خدمات الدعم داخل الجامعة كانت مرتبطة مع مستوى رضا الطلبة عن البيئة الجامعية.

أما دراسة الكلاب (٢٠١٩) التي هدفت للتعرف إلى العلاقات السببية بين فاعلية الذات الأكاديمية والطموح والتوافق لدى طلبة الجامعات في محافظات غزة. تكونت عينة الدراسة من (٥٦٦) طالباً وطالبة منهم (٢٠١) طالباً، (٣٦٥) طالبة، واستخدمت الدراسة مقياس الطموح لحنان أبو العلا، ورضا عبد الحليم (٢٠١٧)، ومقياس التوافق لأبو الليل (١٩٩٣). أظهرت النتائج أن مستوى كل من فاعلية الذات الأكاديمية، والطموح، والتوافق جاء مرتفعاً، كما أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة دالة إحصائياً بين درجات مجالات كل من مقياس فاعلية الذات الأكاديمية، والطموح، والتوافق، ودرجات مقياس كل من الطموح، والتوافق لدى عينة الدراسة.

وفي دراسة نتشة (٢٠٢١) التي هدفت للتعرف إلى العلاقة بين التدفق النفسي والطموح الأكاديمي لدى عينة من طلبة الدراسات العليا في جامعات محافظة الخليل، على عينة تكونت من (١٨٨) طالباً وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، واستخدمت الباحثة مقياس التدفق النفسي، ومقياس الطموح الأكاديمي. أظهرت النتائج أن مستوى التدفق النفسي ومستوى الطموح الأكاديمي لديهم كان عالياً، ووجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين التدفق النفسي وبين الطموح الأكاديمي، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات مستوى التدفق النفسي تعزى لمتغيرات: (الجنس، التخصص، الجامعة، الحالة الاجتماعية)، كما توصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات مستوى الطموح الأكاديمي تعزى لمتغير الجنس، لصالح الإناث، ولمتغير الجامعة، لصالح جامعة الخليل.

٢. مشكلة الدراسة وأسئلتها

يلعب مستوى الطموح دوراً هاماً في حياة الإنسان؛ فعلى أساسه يتحدد مستقبل الإنسان وآماله، ولا تكمن الأهمية في وجود مستوى الطموح فقط، ولكن في كيفية استغلاله، وفي مدى مناسبته لقدرات الفرد وإمكانياته؛ ولاحظت الباحثتان افتقار الكثير من الطلبة للاستمتاع بمجالات الحياة بصفة عامة والمجال الأكاديمي بصفة خاصة، ويعجزون عن إيجاد أساليب تعايش للمواءمة بين تطلعاتهم ومقتضيات الواقع، خاصة في ظل التوقعات المنخفضة للمهام التي من الصعب أن يتم إنجازها، وعدم الثقة في قدراتهم الخاصة، ومواجهتهم لانتكاسات عديدة، بسبب الطموحات والتطلعات الزائدة وغير الواقعية، التي يصعب تحقيقها، مما يخلق حالة من التناقض بين الدوافع التي تلح الطلب على تحقيق الرغبات، وتلك القوى التي تحول دون تحقيقها، فتتولد النظرة التشاؤمية، التي تحدد بدورها رؤية الفرد للأهداف التي يسعى للوصول إليها، فالطالب المتشائم لا يكاد يخلو من القلق نتيجة حرصه وتخوفه على تحقيق طموحه من عدمه. واستراتيجية التشاؤم الدفاعي كوسيلة لحماية الذات لدى الطلبة، من خلال إدارة القلق عن طريق التفكير المستقبلي والتخطيط المسبق، واتخاذ القرارات، تخدم بشكل أساسي حماية الطلبة من النتائج السلبية والتخوف من الوصول إلى الأهداف وتحقيق الطموحات وبلوغها، وتعتمد على تعبئة وتحفيز الطالب للتغلب على القلق ومواجهة التحديات والتغلب على الصعوبات (Norem & Cantor, 1990)، ففي دراسة لإحدى جامعات فنلندا حول استراتيجيات الطلبة، وجد الباحثون أن استراتيجية التشاؤم الدفاعي والتفاؤل؛ أدتا إلى النجاح الأكاديمي، حيث يحفز المتفائلون احتمالية وجود حالة مستقبلية إيجابية، بينما يعمل التشاؤم الدفاعي عندما يكون الفشل عامل أساسي للتحفيز والدافع (Eronen, et al., 1998). في ضوء ذلك رأت الباحثتان ضرورة وحاجة وضع التشاؤم الدفاعي في دراسة تتنبأ بالطموح الأكاديمي ومدى تأثيره على طموحات طلبة الدراسات العليا وهل يعيق تحقيق أهدافهم بوضعهم التوقعات المنخفضة بالاعتماد على نتائج الدراسات والأدب النظري الذي أكد وجود علاقة ارتباطية بين جزئية من متغيرات الدراسة، إلا أن هذه الدراسات لم تتناول المتغيرات بصورة إجمالية في نموذج واحد كما في الدراسة الحالية.

٢,١ أسئلة الدراسة

لذلك تحاول الدراسة الحالية الإجابة عن الاسئلة التالية:

١. ما مستوى التشاؤم الدفاعي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة اليرموك؟
٢. ما مستوى الطموح الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة اليرموك؟
٣. هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) بين التشاؤم الدفاعي والطموح الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة اليرموك في ضوء متغير الجنس؟
٤. ما القدرة التنبؤية للتشاؤم الدفاعي وبعض المتغيرات (الجنس والمستوى الدراسي والتخصص والعمل والحالة الاجتماعية) في الطموح الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة اليرموك؟

٣. أهمية الدراسة

وتنبثق أهمية الدراسة النظرية في أنها تبحث في متغير نادر لم يتم تناوله في الدراسات العربية بشكل عام وهو مفهوم التشاؤم الدفاعي، كما تكمن أهميتها في أنها تحاول الكشف عن قدرة التشاؤم الدفاعي للأفراد بطموحهم الأكاديمي، وحسب علم الباحثتان هي من أولى الدراسات على المستوى العربي التي تناولت متغير التشاؤم الدفاعي والطموح الأكاديمي معاً. ومن زاوية أخرى تكمن الأهمية العملية للدراسة في معرفة الدور الذي يمارسه التشاؤم الدفاعي في التنبؤ بالطموح الأكاديمي، بحيث تساعد القائمين على العملية التعليمية من أعضاء الهيئة التدريسية في الجامعات، للتنبيه إلى أهمية المتغيرات في تأثيرها على شخصية الطلبة وما تركه من أثر على حياته العلمية، والإفادة من نتائج الدراسة في تشجيع الباحثين والمختصين في إجراء المزيد من الدراسات على الجوانب الإيجابية للتشاؤم الدفاعي.

٤. التعريفات الإجرائية والاصطلاحية

الطموح الأكاديمي

ويعرف "بأنه بناء تحفيزي يمثل تطلع الفرد الى أن يكون شخصية مهمة ومعترف بها من قبل الآخرين لتحقيق إنجازات حقيقية مهمة لكل من الفرد والأشخاص المحيطين به" (Baesukova, 2014)، ويعرف إجرائياً: بأنه الدرجة التي حصل عليها الطلبة على مقياس الطموح الأكاديمي المستخدم في الدراسة.

التشاؤم الدفاعي

ويعرف بأنه استراتيجية تعلم ذاتية التنظيم تتضمن وضع توقعات منخفضة بشكل غير واقعي في موقف محفوف بالمخاطر في محاولة لتسخير القلق بحيث يكون الأداء غير معيب بمعنى يضع الافراد توقعات منخفضة بشكل غير واقعي قبل الدخول في موقف ما من أجل إعداد أنفسهم للفشل المحتمل ولتحفيز أنفسهم على العمل الجاد لتجنب هذا الفشل (Norem & Cantor, 1986). ويعرف إجرائياً بأنه الدرجة التي حصل عليها الطلبة على مقياس التشاؤم الدفاعي المستخدم في الدراسة.

٥. حدود الدراسة ومحدداتها

تم تطبيق الدراسة الحالية في جامعة اليرموك، خلال الفصل الدراسي الأول للعام الجامعي ٢٠٢١ / ٢٠٢٢، وطبقت الدراسة على عينة من طلبة الدراسات العليا في جامعة اليرموك. وتمثلت حدودها الموضوعية بالقدرة التنبؤية للتشاؤم الدفاعي بالطموح الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة اليرموك. كما تتحدد الدراسة الحالية بمدى صدق وثبات الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة، وصدق استجابة أفراد العينة على المقاييس.

٦. الطريقة والإجراءات

٦,١ منهج الدراسة

اتبعت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، لمناسبته مع موضوع الدراسة الحالية.

٦,٢ متغيرات الدراسة

١. المتغيرات المستقلة:

- الجنس وله فئتان: ذكر أنثى.
- التخصص وله فئتان: انساني، علمي.
- المرحلة الدراسية، ولها ثلاثة مستويات: دبلوم عالي، ماجستير، دكتوراه.
- العمل، وله فئتان: لا يعمل، يعمل.
- الحالة الاجتماعية، ولها فئتان: أعزب، غير ذلك.
- التشاؤم الدفاعي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة اليرموك.

٢. المتغير التابع:

- الطموح الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة اليرموك.

٦,٣ مجتمع الدراسة

تكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة الدراسات العليا في جامعة اليرموك في محافظة إربد، والبالغ عددهم (٣٦٧٢) طالباً وطالبة، وفقاً لإحصائيات دائرة القبول والتسجيل (٢٠٢٠/٢٠٢١).

٦,٤ عينة الدراسة

تكونت عينة الدراسة من (٢٩٣) طالباً وطالبة، من طلبة الدراسات العليا في جامعة اليرموك، والذين استجابوا على فقرات المقاييس الموزعة على رابط بريدهم الإلكتروني تم اختيارهم بالطريقة المتيسرة، واكتفت الباحثان بالعينة حسب

استجابة الطلبة على المقاييس التي تم تطبيقها إلكترونياً على موقع الجامعة في ظل جائحة كورونا والجدول (١) يبين توزيع أفراد عينة الدراسة وفقاً لمتغيراتها.

جدول (١): توزيع أفراد عينة الدراسة تبعاً لمتغيراتها

المتغير	المستوى	التكرار	النسبة المئوية%
الجنس	ذكر	١٠٣	٣٥,١
	أنثى	١٩٠	٦٤,٨
التخصص	انساني	٢٢١	٧٥,٤
	علمي	٧٢	٢٤,٦
المرحلة الدراسية	دبلوم عالي	٣٦	١٢,٣
	ماجستير	١٨٦	٦٣,٥
	دكتوراه	٧١	٢٤,٢
العمل	لا يعمل	١٦٢	٥٥,٣
	يعمل	١٣١	٤٤,٧
الحالة الاجتماعية	أعزب	١٥٧	٥٣,٦
	غير ذلك	١٣٦	٤٦,٤
المجموع		٢٩٣	١٠٠

٦,٥ مقاييس الدراسة

لتحقيق أهداف الدراسة المتمثلة بالكشف عن مستوى التشاؤم الدفاعي ومستوى الطموح الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة اليرموك والكشف عن القدرة التنبؤية للتشاؤم الدفاعي بالطموح الأكاديمي لديهم، استخدمت الباحثان في الدراسة الحالية الأدوات التالية:

❖ مقياس التشاؤم الدفاعي

يهدف الكشف عن مستوى التشاؤم الدفاعي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة اليرموك، والحصول على أداة سيكو مترية تتناسب مع أفراد العينة وأهداف الدراسة وطبيعتها في ميل الأفراد إلى توقع أحداث سيئة لتحفيز أنفسهم على الأداء المستقبلي، قامت الباحثتان بإعداد استبانة للتشاؤم الدفاعي، وقامت الباحثة بالرجوع إلى الأدب النظري الذي تناول المتغير بالدراسة بالإضافة إلى مقاييس أخرى تم استخدامها كمقياس التشاؤم الدفاعي (أحمد طه وآخرون، ٢٠٠٦؛ Norem & Cantor, 1986؛ Norem & Illingworth, 1993؛ Sanna, 1998؛ Scheier, et al., 1994؛ Norem, 1996) وقد تمثل المقياس بعدد فقرات (٢٥) فقرة.

- دلالات الصدق الظاهري

تم عرض المقياس بصورته الأولية على مجموعة من المحكمين ذوي الاختصاص في علم النفس والإرشاد النفسي والمقياس والتقويم في جامعة اليرموك، والبالغ عددهم ١٠ محكمين، وفي ضوء آراء المحكمين أخذت الباحثتان بالتعديلات المقترحة لتصبح أكثر وضوحاً وملائمة وكان المعيار الذي تم اعتماده في قبول أو استبعاد الفقرات، هو حصول الفقرات على إجماع المحكمين بنسبة ٨٠٪، وبذلك تكون المقياس بصورته النهائية من (٢٥) فقرة.

- ثبات مقياس التشاؤم الدفاعي

لتقدير ثبات الاتساق الداخلي لمقياس التشاؤم الدفاعي؛ تم استخدام معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha)، على بيانات التطبيق الأولي للعينة الاستطلاعية والبالغ عددها (٣٠) طالباً وطالبة من مجتمع الدراسة ومن خارج عينتها، كما تم التحقق من ثبات الإعادة للمقياس؛ من خلال إعادة تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية السابقة، بفارق زمني مقداره أسبوعين، تم حساب معامل ارتباط بيرسون في إعادة تطبيق المقياس وقد بلغت قيمة معامل ثبات الإعادة للمقياس (٠,٨١)، وبلغت قيمة معامل ثبات الاتساق الداخلي للمقياس ككل (٠,٧٩).

- تصحيح مقياس التشاؤم الدفاعي

تكون مقياس التشاؤم الدفاعي بصورته النهائية من (٢٥) فقرة، يُستجاب عليها وفق تدرّج خماسي يشتمل البدائل التالية: (دائماً، وتعطى عند تصحيح المقياس ٥ درجات، غالباً وتعطى ٤ درجات، أحياناً وتعطى ٣ درجات، نادراً وتعطى درجتين، وأبداً وتعطى درجة واحدة)، في حالة الفقرات ذات الاتجاه الموجب، ويعكس التدرّج في حالة الفقرات ذات الاتجاه السالب وأرقامها: (٩-١٢-١٤-١٩-٢١-٢٥)، وقد صنفت الباحثان استجابات أفراد العينة إلى ثلاث فئات على النحو الآتي: التشاؤم الدفاعي المرتفع (أكثر من ٣,٦٦)، والتشاؤم الدفاعي المتوسط من (-٢,٣٤_٣,٦٦) والتشاؤم الدفاعي المنخفض (أقل من ٢,٣٤).

❖ مقياس الطموح الأكاديمي

يهدف الكشف عن مستوى الطموح الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة اليرموك استخدمت الباحثان مقياس الطموح الأكاديمي الذي تم بناؤه بعد الرجوع إلى بعض المقاييس ذات العلاقة كمقياس (كاميليا عبد الفتاح، ١٩٨٠؛ المعوض، ٢٠٠٥؛ الجبوري، ٢٠٠٧؛ الصوالحة، ٢٠١٠؛ وفيصل الربيع، ٢٠١٩؛ Rahman & Goswami, Pathak, 2014) وقد تكون المقياس بصورته الاصلية من (٣٧) فقرة موزعة على (٥) أبعاد؛ وهي التفاؤل الأكاديمي، والقدرة على المثابرة، والاتجاه نحو التفوق، والقدرة على وضع الأهداف، وتحمل المسؤولية.

- دلالات الصديق الظاهري

تم عرض المقياس بصورته الأولية على مجموعة من المحكمين ذوي الاختصاص في علم النفس والإرشاد النفسي والقياس والتقويم في جامعة اليرموك، والبالغ عددهم ١٠ محكمين، وفي ضوء آراء المحكمين أخذت الباحثان بالتعديلات المقترحة لتصبح أكثر وضوحاً وملائمة وكان المعيار الذي تم اعتماده في قبول أو استبعاد الفقرات، هو حصول الفقرات على إجماع المحكمين بنسبة ٨٠٪، وبذلك تكون المقياس بصورته النهائية من (٣٧) فقرة موزعة على خمسة أبعاد هي: التفاؤل الأكاديمي وتقيسه الفقرات (١-٧)، والقدرة على المثابرة وتقيسه الفقرات (٨-١٥)، والاتجاه نحو التفوق وتقيسه الفقرات (١٦-٢٣)، والقدرة على وضع الأهداف وتقيسه الفقرات (٢٤-٣١)، وتحمل المسؤولية وتقيسه الفقرات (٣٢-٣٧)،

- ثبات مقياس الطموح الأكاديمي

لتقدير ثبات الاتساق الداخلي لمقياس الطموح الأكاديمي وأبعاده؛ تم استخدام معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha)، على بيانات التطبيق الأول للعينة الاستطلاعية والبالغ عددها (٣٠) طالباً وطالبة من مجتمع الدراسة ومن خارج عينتها، كما تم التحقق من ثبات الإعادة للمقياس؛ من خلال إعادة تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية السابقة، بفارق زمني مقداره أسبوعين بين التطبيقين الأول والثاني، ومن ثم حساب معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين الأول والثاني على العينة الاستطلاعية، حيث بلغ ثبات الإعادة للمقياس ككل (٠,٨٦)، وتراوح قيم ثبات الإعادة لأبعاده ما بين (٠,٧٨ - ٠,٨٢)، وبلغ ثبات الاتساق الداخلي للمقياس ككل (٠,٨٣)، وتراوح قيم ثبات الاتساق الداخلي لأبعاده ما بين (٠,٧٥ - ٠,٨١)، وتُعد هذه القيم مقبولة لأغراض الدراسة الحالية.

- تصحيح مقياس الطموح الأكاديمي

تكون مقياس الطموح الأكاديمي بصورته النهائية من (٣٧) فقرة موزعة على خمسة أبعاد، يُستجاب عليها وفق تدرّج خماسي يشتمل البدائل التالية: (دائماً، وتعطى عند تصحيح المقياس ٥ درجات، غالباً وتعطى ٤ درجات، أحياناً وتعطى ٣ درجات، نادراً وتعطى درجتين، وأبداً وتعطى درجة واحدة)، في حالة الفقرات ذات الاتجاه الموجب، ويعكس التدرّج في حالة الفقرات ذات الاتجاه السالب وأرقامها: (٣-٤-٦-٧-١٢-١٣-١٤-١٥-١٨-٢١-٢٢-٢٦-٢٧-٣٤-٣٦)، وقد صنفت الباحثان استجابات أفراد العينة إلى ثلاث فئات على النحو الآتي: الطموح الأكاديمي المرتفع (أكثر من ٣,٦٦)، والطموح الأكاديمي المتوسط (-٢,٣٤_٣,٦٦)، والطموح الأكاديمي المنخفض (أقل من ٢,٣٤).

٧. نتائج الدراسة ومناقشتها

النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الأول الذي نصّ على: "ما مستوى التشاؤم الدفاعي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة اليرموك؟" للإجابة عن سؤال الدراسة الأول؛ تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات التشاؤم مع مراعاة ترتيب الفقرات تنازلياً وفقاً لموسطاتها الحسابية، وذلك كما هو مبين في الجدول (٢).

جدول (٢): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات التشاؤم الدفاعي لدى أفراد عينة الدراسة مرتبةً تنازلياً وفقاً لموسطاتها الحسابية

الرتبة	مضمون الفقرات التشاؤم الدفاعي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
١	رغبتي في الحصول على أداء جيد، تجعلني أعمل بجد أكبر	٤,٣٤	٠,٨٢	مرتفع
٢	أبحث عن المعلومات الكافية لأتمكن من إنجاز مهمة ذات أهمية بالنسبة لي.	٤,١٨	٠,٨٥	مرتفع
٣	أفكر بمشاعري كيف ستكون إذا كان أدائي غير جيد.	٤,٠٩	٠,٨٨	مرتفع
٤	أقضي الكثير من الوقت في التخطيط عند المواقف التي تحتاج إلى اتخاذ قرار مهم.	٤,٠٧	٠,٩٣	مرتفع
٥	مواجهتي لمشكلة ما تجعلني أفكر في النجاحات السابقة لي ولأصدقائي.	٣,٩٩	٠,٩٧	مرتفع
٦	عندما أجد صعوبة في تحقيق أهدافي؛ أبذل جهدي للبحث عن طرق جديدة.	٣,٩٦	٠,٩٢	مرتفع
٧	عند فشلي في تحقيق هدف مهم أذكر نفسي بالنجاحات التي أنجزتها في جوانب أخرى من حياتي.	٣,٦٩	١,٠٥	مرتفع
٨	قلقي بعدم قدرتي على إنجاز المهام، تدفعني إلى الاهتمام بالمهمة أكثر.	٣,٦٤	١,٠٣	متوسط
٩	أحرص على ألا أكون شديد الثقة في المواقف المختلفة.	٣,٤٨	١,٠٧	متوسط
١٠	عند مواجهتي صعوبة في إداء مهمة، أطلب المساعدة والنصيحة في كيفية تجاوزها.	٣,٤٥	١,١٠	متوسط
١١	أتجنب التفكير بالاحتمالات السيئة التي قد تحدث لي أثناء أداء المهمة.	٣,٣٦	١,١٧	متوسط
١٢	عند مواجهة ضغوط وصعوبة في المهام، أواسي نفسي بأن الأمور ستحل دون جهد مني.	٣,٣٣	١,١٧	متوسط
١٣	عندما لا أحقق ما أريد من نتائج، أدع الأمور تمضي في طريقها.	٣,٠٩	١,١٨	متوسط
١٤	أبدأ فيوضع توقعات سيئة، حتى لو كنت سأعمل المهمة بالطريقة المناسبة.	٣,٠٦	١,٢٦	متوسط
١٥	أميل إلى وضع توقعات مستقبلية منخفضة لكي تتحقق.	٢,٩٨	١,٢٤	متوسط
١٦	عندما أواجه مهمة صعبة أفكر باحتمالية الفشل لأتجنب الإحباط	٢,٧٨	١,١١	متوسط
١٧	شعوري بالقلق قبل أداء المهمات، بسبب عدم قدرتي على تنفيذ أهدافي.	٢,٧٥	١,٢١	متوسط
١٨	عندما أشك في قدراتي فإنني لا أسترجع ذهنياً نجاحاتي السابقة.	٢,٦٥	١,٢٢	متوسط
١٩	أتجنب التفكير في مشاعري إذا كان أدائي سيئاً في مهمة ما.	٢,٥٦	١,٠٩	متوسط
٢٠	أتجنب التفكير في استرجاع أخطائي السابقة لأن التاريخ لا يعيد نفسه	٢,٥٢	١,٢٦	متوسط

٢١	إن تفكيري في الأخطاء التي قد تحدث مستقبلاً، تحفزني للاستعداد لها.	٢,٣٠	٠,٩٩	منخفض
٢٢	مواجهتي لمشكلة ما تجعلني أضع توقعات إيجابية لأستطيع تجاوزها.	٢,٢٥	٠,٩٦	منخفض
٢٣	عند مواجهتي لمواقف صعبة أذكر نفسي بأني أفضل من غيري بكثير من الأمور.	٢,١٣	١,٠٧	منخفض
٢٤	أخذ قراراتي دون إضاعة الوقت للتفكير في النتائج المحتملة التي قد تحدث مستقبلاً.	٢,٠٠	١,٠٠	منخفض
٢٥	أبذل جهدي لأزيل العقبات التي تعترض تحقيق أهدافي.	١,٩٨	٠,٨٦	منخفض
	التشاؤم الدفاعي (ككل)	٣,١٥	٠,٢٢	متوسط

يتضح من الجدول (٢) أن مستوى التشاؤم الدفاعي لدى أفراد عينة الدراسة قد كان متوسطاً بمتوسط حسابي بلغ (٣,١٥)، وتراوحت قيم المتوسطات الحسابية ل فقرات المقياس بين (٤,٣٤) لفقرة (عندما أرغب في انجاز أداء جيد، فإنني أعمل بجدية تامة) و(١,٩٨) لفقرة (أعمل جاهداً على ازالة العقبات التي تقف في طريق تحقيق أهدافي)، جاءت (٧) فقرات منها ضمن المستوى المرتفع، و(١٣) فقرة ضمن المستوى المتوسط، و(٥) فقرات ضمن المستوى المنخفض. ومن الممكن تفسير هذه النتيجة إلى طبيعة من طلبة الدراسات العليا، ومتطلبات هذه المرحلة الدراسية من الجد والمثابرة والالتزام في تحضير الواجبات وتأدية المطالب والمهام المفروضة عليهم من قبل أعضاء الهيئة التدريسية، وهذا يدفعهم الى المزيد من الجهد والعمل بجدية تامة لرغبتهم في تحقيق أداء جيد، والانجاز بشكل كفؤ يحققون من خلاله الرضى عن أدائهم والطمأنينة حول مخاوفهم التي تتعلق بأدائهم، كما وقد يعود السبب لأن الطلبة قد يحاولون التفكير في طرق مختلفة ومتنوعة للبحث عن مصادر للمعلومات ليتمكنوا من انجاز مهماتهم ذات الأهمية بالنسبة لهم، وهذا ميسر في جامعة اليرموك لوجود المكتبة الحسينية التي تضم أكبر قاعدة للمعلومات البحثية على مستوى المملكة، ومن الممكن أن يكون أحد التفسيرات هو قدرة الطلبة على التخطيط للمواقف التي تحتاج الى اتخاذ القرارات المهمة وذات هدف بالنسبة لهم، وحث أنفسهم وخلق الدفاع لديهم عن طريق البحث عن البدائل للحصول على أداء جيد والتغلب على العقبات التي تواجههم، وحث أنفسهم وخلق الدفاع لديهم بتذكر النجاحات السابقة التي قاموا بإنجازها وتغلبوا على النكسات في حياتهم بشكل عام. ومن التفسيرات المحتملة أن مستوى التفكير والوعي المرتفع لطلبة الدراسات العليا عند مواجهة الصعوبات التي تعترضهم، وتفكيرهم في الأخطاء التي قد تحدث لهم مستقبلاً تحفزهم للاستعداد لها ومواجهتها بكل عقلانية وتفهم، ورفع سقف توقعاتهم والنظر الى هذه الصعوبات بنظرة إيجابية ليمتلكوا القدرة على تجاوزها، بالإضافة الى قدرتهم على إدارة الوقت وتنظيمه في اتخاذ القرارات واقتناص الفرص وعدم إضاعتها وبذل الجهد لإزالة العقبات التي تعترض تحقيق أهدافهم وعدم السماح لمخاوفهم وقلقهم بالسيطرة عليهم، وتوافقت هذه النتيجة مع دراسة كل من (Nunez & Bibiana, 2020) التي توصلت نتائجها إلى أن التشاؤم الدفاعي هو استراتيجية فعالة لتشجيع المشاركة التحفيزية لدى الطلاب في السياق الأكاديمي.

النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الثاني الذي نصّ على: "ما مستوى الطموح الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة اليرموك؟" للإجابة عن سؤال الدراسة الثاني؛ تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للطموح الأكاديمي وأبعاده لدى أفراد عينة الدراسة، مع مراعاة ترتيب أبعاد الطموح الأكاديمي لدى عينة الدراسة تنازلياً وفقاً لموسطاتها الحسابية، كما هو مبين في الجدول (٣).

جدول (٣): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للطموح الأكاديمي وأبعاده الأكاديمية لطلبة الدراسات العليا في جامعة اليرموك في الأردن مرتبةً تنازلياً وفقاً لموسطاتها الحسابية

الرتبة	الطموح الأكاديمي	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
١	القدرة على وضع الأهداف	٤,١١	٠,٥٢	مرتفع
٢	القدرة على المثابرة	٣,٨٤	٠,٥٠	مرتفع
٣	تحمل المسؤولية	٣,٧١	٠,٤٣	مرتفع
٤	التفاؤل الأكاديمي	٣,٦٩	٠,٤٩	مرتفع
٥	الاتجاه نحو التفوق	٣,٥٦	٠,٤٣	متوسط

تشير نتائج السؤال الثاني إلى أن مستوى الطموح الأكاديمي جاء بالمستوى المرتفع، ويمكن أن يعزى ذلك إلى ما تتميز به الجامعة من فلسفة تقدر بالاحترام والاعتزاز، واعتمادها الانتظام بالدراسة وتقديم كافة السبل لإيصال كل ما هو جديد بدقة متناهية من خلال منظومة تعليمية تجعل الطلبة أكثر ارتباطاً بالجامعة مما يزيد من نسبة طموحهم، وربما يعود السبب إلى العلاقة ذات الاحترام المتبادل مع أعضاء الهيئة التدريسية الذي يعطيهم القوة الدافعة والتعزيز لمواصلة تعليمهم، وزيادة مستوى طموحهم، وهذا الإحساس بالطموح الأكاديمي المرتفع يؤدي بالطلبة إلى الشعور بالنجاح والقدرة على التخطيط الجيد والفعال، والتغلب على كافة العقبات التي قد تواجههم وزيادة الوعي في كيفية وضع الأهداف بما تتناسب مع قدراتهم وإمكاناتهم وبشكل واقعي وتتناسب مع مستواهم الأكاديمي، ومن الممكن أن طلبية الدراسات العليا لديهم القدرة على المثابرة ووعيهم بأن بذل الجهد والاجتهاد يؤدي إلى النجاح والتميز، كما أن التفاوت في المراحل العمرية بين طلبية الدراسات العليا ووجود فئات عمرية متقدمة، تمتلك الاتزان والهدوء والقدرة على ضبط النفس عند مواجهة تجارب الفشل، وسرعة الصمود في مواجهة هذه العقبات والتصدي من خلال إيجاد البدائل والحلول، وقد توافقت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة كل من نتشه (٢٠٢١) أن مستوى الطموح الأكاديمي لدى طلبية الجامعة كان مرتفعاً، بالإضافة إلى دراسة الكلاب (٢٠١٩) حيث بينت النتائج أن مستوى الطموح كان مرتفعاً لدى عينة الدراسة، وتعارضت مع دراسة (Huang, 2012) بأن الطموح الأكاديمي لدى طلبية الجامعة كان منخفضاً.

النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الثالث الذي نصَّ على: "هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0,05$) بين التشاؤم الدفاعي والطموح الأكاديمي لدى طلبية الدراسات العليا في جامعة اليرموك في ضوء متغير الجنس؟" للإجابة عن سؤال الدراسة الثالث؛ فقد تم حساب قيم معاملات ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) بين التشاؤم الدفاعي والطموح الأكاديمي لدى أفراد عينة الدراسة في ضوء متغير الجنس، كما هو مبين في الجدول (٤).

جدول (٤): معاملات ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) بين التشاؤم الدفاعي والطموح الأكاديمي لدى طلبية الدراسات العليا في جامعة اليرموك في ضوء متغير الجنس.

المتغير	الجنس	
	ذكر	أنثى
حجم العلاقة	٠,٢٣	٠,٢٦*
**مستوى العلاقة	ضعيفة	ضعيفة

*دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (٠,٠٥).

يتضح من الجدول (٤) وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0,05$). بين التشاؤم الدفاعي والطموح الأكاديمي لدى طلبية الدراسات العليا في جامعة اليرموك بلغت قيمتها (٠,٢٣) لدى عينة الذكور، و(٠,٢٦) لدى عينة الإناث، وكان مستوى هذه العلاقة ضعيفة حسب تصنيف نابيتوبولو (Napitupulu, et al., 2018) لقوة العلاقة الارتباطية. وتفسر الباحثان نتيجة وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائية بين التشاؤم الدفاعي والطموح الأكاديمي، فكلمة ارتفع مستوى التشاؤم الدفاعي زاد مستوى الطموح الأكاديمي، ترجع لصالح الإناث، ومن الممكن تفسير هذا لطبيعة الأنثى بالالتزام أكثر من الذكور، ولديهن القدرة على إيجاد الوقت اللازم للمثابرة والدراسة بشكل أكبر من الذكور، وذلك بسبب طبيعة تواجد الفتيات في المنزل معظم الوقت، وتوافقت هذه النتيجة مع دراسة نتشه (٢٠٢١).

النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الرابع الذي نصَّ على: "ما هي القدرة التنبؤية لمتغيرات (الجنس، التخصص، المرحلة الدراسية، العمل، الحالة الاجتماعية، التشاؤم الدفاعي) بالطموح الأكاديمي لدى طلبية الدراسات العليا في جامعة اليرموك؟" للإجابة عن سؤال الدراسة الرابع فقد تم استخدام تحليل الانحدار الخطي المتعدد باعتماد أسلوب التدريجي (Stepwise) في إدخال المتغيرات المُتنبئة إلى المعادلة الانحدارية في النموذج التنبؤي، كما تم التحقق من إمكانية استخدام تحليل الانحدار المتعدد، وذلك من خلال اختبار التعددية الخطية (Multicollinearity) ومؤشراته الإحصائية لاختبار افتراض عدم وجود ارتباط عالي بين المتغيرات المتنبئة، حيث تم استخدام مؤشري: تضخم التباين (VIF)، والتباين المسموح (Tolerance) لكل متغير، كما هو مبين في الجدول (٥).

جدول (٥): نتائج اختبار تحليل الانحدار المتعدد لأثر المتغيرات المتنبئة على الطموح الأكاديمي

Δ R2	VIF	Tolerance	Sig.	T	معامل الانحدار B	المتغيرات المتنبئة
****	****	****	٠,٠٠٠	١٩,٦٤١	٣,٢٠٣	الثابت
٠,٠٦٤	١,٠٠٤	٠,٩٩٦	٠,٠٠٠	٤,٦٢٦	٠,٢٠٠	التشاؤم الدفاعي
٠,٠١٧	١,٠٠٤	٠,٩٩٦	٠,٠٠٠	٢,٢٩٦	٠,١٠٥	التخصص

$$٠,٠٠٠ = F$$

$$١٢,٧٢٣ = R^2$$

$$٠,٢٨٤ = R$$

ويتضح من الجدول (٥) أن قيمة معامل الارتباط المتعدد بين المتغيرات المتنبئة والطموح الأكاديمي قد بلغت (٠,٢٨٤) حيث فسرت المتغيرات المتنبئة ما نسبته (٨,١٠%) من الطموح الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة اليرموك. حيث أسهم في المرتبة الأولى متغير التشاؤم الدفاعي بأثر نسبي مُفسراً ما مقداره (٦,٤٠%) من التباين المُفسر الكلي للنموذج التنبؤي، ثم أسهم في المرتبة الثانية متغير التخصص بأثر نسبي مُفسراً ما مقداره (١,٧٠%) من التباين المُفسر الكلي للنموذج التنبؤي، في حين كانت نسبة الإسهام في تفسير التباين لباقي المتغيرات غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha = ٠,٠٥$).

وتبين نتائج تحليل الانحدار المتعدد أن الطموح الأكاديمي يزداد بمقدار (٠,٢٠٠) عند زيادة التشاؤم الدفاعي بمقدار وحدة واحدة، ويزداد بمقدار (٠,١٠٥) لدى طلبة التخصصات العلمية مقارنة بطلبة التخصصات الانسانية، كما تبين عدم وجود تأثير دال إحصائياً عند مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha = ٠,٠٥$) لباقي المتغيرات على الطموح الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة اليرموك. وبالتالي تكون معادلة الانحدار للتنبؤ بالطموح الأكاديمي كما يلي:

$$\text{الطموح الأكاديمي} = ٢,٢٠٣ + ٠,٢٠٠ (\text{التشاؤم الدفاعي}) + ٠,١٠٥ (\text{التخصص})$$

من التفسيرات المحتملة لزيادة مستوى الطموح الأكاديمي بزيادة التشاؤم الدفاعي أن المتشائمون الدفاعيين يضعون توقعات منخفضة وبشكل استراتيجي من أجل تعزيز قدرتهم وتمكين أنفسهم على إدارة قلقهم بحيث يصبح هذا القلق محفزاً بدلاً من أن يكون متعباً (Shimizu, et al., 2016). فمن خلال العبارات التي يصف بها الأفراد المتشائمون أنفسهم نلاحظ مدى ادراكهم لأنفسهم على احتمالية الفشل في المهام، والتي تدفعهم الى العمل بجدية أكبر في تجنب هذا الفشل. وتزامناً مع اعترافهم بأنهم يقومون بعمل أفضل مما كانوا يتوقعون، وهذا بدوره يشير الى أن المتشائمين الدفاعيين يدركون الى حد ما الخدعة المعرفية التي يقومون بممارستها على أنفسهم، والتي من خلالها "الحيلة المعرفية" يتضمن تحديد توقعات منخفضة وليس توليد القلق (Norem & Cantor, 1986).

تفسير محتمل آخر أن الفرد من خلال بناءه للموقف وإدراكه يجعله قادراً على التخفيف من وضع التوقعات المنخفضة والقلق الشديد وهذا ما أشار اليه نورييم وكانتور (Norem & Cantor, 1986) فوضع التوقعات المنخفضة يعمل بشكل استراتيجي لمساعدة الأفراد على استخدام قلقهم بطرق مثمرة، بدلاً من إضعافهم، فعندما لا يتم التدخل باستراتيجيتهم يكونون قادرين على التعامل مع قلقهم الشديد واستخدامه لتحفيز أنفسهم.

والأفراد المتشائمون دفاعياً يتباينون في الفروق الفردية عند تفسير المواقف التي تشكل تهديداً لهم، وهذا ما يجعل البعض منهم قادرين على التحكم في القلق والتخفيف من التوقعات المنخفضة التي لا تؤثر على أدائهم وبالتالي على طموحاتهم أكثر من غيرهم.

فحسب ما أشار (Norem & Cantor, 1986; Norem & Cantor, 1986) أن المتشائمون الدفاعيون هم أفراد ذوو إنجازات عالية ولديهم رغبة قوية في النجاح، وهم يتحمسون بشكل كبير ويخططون بنشاط ويبدلون جهداً لمنع العوائق التي قد تعيقهم، ويسعون إلى تحقيق النجاح في أدايتهم، فالأفراد الذين يركزون على المهام يخططون لمنع جميع النتائج السلبية المحتملة، فالخطيطة منهمج موجه نحو الجهد لاكتساب السيطرة.

ونظراً لمارتن وآخرون (Martin et al., 2001). فالأفراد المتنافسون لديهم حاجة قوية لإثبات قدرتهم المتناهية، وهم مهتمون باستمرار بكيفية تقييمهم من قبل الآخرين، ويشعرون بأنهم أكثر نجاحاً عندما يتفوقون على الآخرين (Duda & Nicholls, 1992) وهم أكثر عرضة للقلق بشأن الفشل المحتمل وخاصة النتيجة السلبية للعار أمام الآخرين التي يسببها الفشل، فالمنافسة قد تؤدي إلى الخوف من العار، علاوة على ذلك في الثقافة شديدة التنافس والتي يغلب عليها المجتمع الأردني، حيث توجد حاجة قوية لحماية وجه الفرد، وسيضطر الطلاب إلى تجنب الخجل والإحراج بأي ثمن سبب ضعف أدايتهم الأكاديمي، ومن ثم يجعلهم أكثر عرضة للقلق بشأن الفشل المحتمل وخاصة النتيجة لفقدان ماء الوجه تجعل المتشائمون الدفاعيون يزيدون الجهد والمثابرة لتحقيق طموحاتهم.

كما يقلق المتشائمون الدفاعيون من المخاطر المحتملة ويخططون بنشاط لمنع الأحداث السلبية المحتملة على الرغم من أنهم قلقون باستمرار بشأن الأحداث المستقبلية إلا أنهم لا يبقون سلبيين ويصبحون عاجزين، بدلاً من ذلك تعمل المخاوف على تحفيزهم دفاعياً لزيادة جهودهم للتخطيط الفعال لمنع هذه السيناريوهات، وهذا ما قد يجعل المتشائمون الدفاعيون يحافظون على مستوى أدايتهم وزيادة الطموح لديهم.

ويزداد الطموح بمقدار (0.105) لدى طلبة التخصصات العلمية مقارنة بطلبة التخصصات الانسانية، كما تبين عدم وجود تأثير دال إحصائي عند مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha = 0.05$) لباقي المتغيرات على الطموح الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة اليرموك.

ومن التفسير المحتمل لهذه النتيجة حسب ما تراه الباحثان أن طلاب التخصصات العلمية يتميزون بالدفاعية بطبيعة تخصصاتهم التي لها أهمية على صعيد المجتمع الأردني وتوجهاتهم للتخصصات العلمية وأهميتها بالنسبة لسوق العمل، إذ تميل معظم التخصصات العلمية إلى الاعتماد على العمل الخاص، بحيث أن الطلاب بعد التخرج تسمح لهم تخصصاتهم بعدم الاعتماد على التوظيف الحكومي مثلما هي التخصصات الانسانية التي تشغل معظم وظائفها الدوائر الحكومية والدور التنافسي في ديوان الخدمة المدنية، وبالتالي فإن طموحاتهم ترتفع لتحقيق القدرة على ممارسة أعمالهم بناء على قدراتهم المهنية بمزاولة المهنة خارج نطاق العمل الحكومي، وبذلك نظرتهم أكثر تفاؤلاً لتحقيق أهدافهم.

وقد أوضحت النتائج أيضاً بعدم تنبؤ كل من الجنس والعمل بالطموح، ومن الممكن أن الطلاب لا يختلفون في أهدافهم تبعاً لمتغير الجنس، وقد يعود السبب في أن الظروف المحيطة بالطلاب خارج الجامعة متشابهة إلى حد كبير، إذ أن المجتمع الذي يعيش به الطلاب محاط بمجموعة من الظروف مثل ارتفاع نسبة البطالة وعدم توفر فرص العمل الملائمة للطلبة بالإضافة إلى تزامن الدراسة مع الظروف الحالية بوجود فيروس كورونا الذي أضفى نوعاً من الأزمات بالنسبة لبعض الطلاب حول إمكانية تحقيق الأهداف والسعي وراءها وقد تكون خسارة البعض منهم لعزيب دوراً في النظرة التشاؤمية للحياة وإحباط بعضهم لفترة. ومن الممكن أن العمل لم يتنبأ بالطموح الأكاديمي لدى الطلبة أن الأفراد العاملين قد يهتمون إلى درجة معينة مشروطة من متطلبات الترقية بالعمل وبانتهائها لا يرغبون بالمزيد من التعليم، أما غير العاملين من الطلبة قد تكون تكلفة التعليم لها أثر على طموحاتهم، إذ أن المجتمع الأردني يعد من الطبقة الوسطى بالمجمل، وهذا قد يعوق طموح الطلاب الأكاديمي، كون أن طلبة الدراسات العليا يمولون تعليمهم وتكاليفه بشكل شخصي، وهذا قد يكون له أثراً كبيراً على طموحاتهم وتآكلها في الحصول على درجات عليا لاحقة.

8. التوصيات

استناداً إلى نتائج الدراسة يمكن الخروج بالتوصيات التالية: إعداد البرامج الإرشادية من أجل تخفيف الأعراض النفسية لاستراتيجيات الحماية الذاتية ودعم الإيجابية منها على مسيرة الطلاب الأكاديمية، والاهتمام بشكل أكبر في تهيئة بيئة تعليمية آمنة لطلبة الدراسات العليا لإيصالهم إلى الارتقاء بطموحهم الأكاديمي، ووضع البرامج الإرشادية التي تتلاءم مع اختلافات الطلبة من كافة المستويات الأكاديمية.

Reference

- Almomani, F., Theeb, A. (2016). **The Ambition Level and Its Relationship with Perceived Self-Efficacy in Light of Certain Variables Among a Sample of Jordanian Universities Students.** *International Journal of Asian Social Science*, 6 (12), 683-697.
- Barsukova, N. Mozgovaya, L. Korsakov, O. (2019). **Ambition and personal space as a phenomenon of social interaction.** *Culture and Education: Social Transformations and Multicultural Communication*, 306-312.
- Bente, A.&Drange, I. (2015). **Ethnic Minority Students' Career Expectations in Prospective Professions: Navigating between. Ambitions and Discrimination.** *SAGE Journal*, 49(2) 252 –269, <https://doi.org/10.1177/0038038514542494>
- De Castella, K., Byrne, D.& Covington, M. (2013). **Unmotivated or motivated to fail?A cross-cultural study of achievement motivation, fear of failure, and student disengagement.** *Journal of Educational Psychology*, 105, 861-880, <https://doi.org/10.1037/a0032464>
- Eronen, S., Nurmi, J., &Salmela-Aro, K. (1998). **Optimistic, defensive-pessimistic, impulsive, and self-handicapping strategies in university environments.** *Learning and Instruction*, 8(2), 159-177.
- Feather, N. T. (1969). **Attribution of responsibility and valence of success and failure in relation to initial confidence and task performance.** *Journal of Personality and Social Psychology*, 13(2), 129.
- Hanson, R., & Johnson, J. (2016). **Disentangling Type, A Behavior: The Roles of Ambition. Insensitivity, and Anxiety**, 197, 186–197.
- Illingworth, K. (1993). **Cognitive strategies and mood: The role of affect in the strategic use of optimism and defensive pessimism** [Unpublished Doctoral Dissertation]. Northeastern University.
- Jarvis, T. (2009). **The Power of Negative Thinking.** Retrieved from: <http://www.oprah.com/spirit/Defensive-Pessimism-How-Negative-Thinking-CanPay-Off>
- Martin, A. Marsh, H. & Debus, R. (2003b). **Self-handicapping and defensive pessimism: A model of self-protection from a longitudinal perspective.** *Contemporary Educational Psychology*, 28 (2), 1-36.
- Martin, A. Marsh, H. Williamson, A. & Debus, R. (2003). **Self-handicapping, defensive pessimism, and goal orientation: A qualitative study of university students.** *Journal of Educational Psychology*, 95(3), 617-628.
- Martin, A., Marsh, H. & Debus, R. (2001). **Self-handicapping and defensive pessimism: Exploring a model of predictors and outcomes from a self-protection perspective.** *Journal of Educational Psychology*, 93, 87-102.

-
- Martin, A., Marsh, H. & Debus, R. (2003). **Self-handicapping and defensive pessimism: A model of self-protection from a longitudinal perspective.** *Contemporary Educational Psychology*, 28, 1-36.
- Martin, A., Marsh, H., & Debus, R. (2001). **Self-handicapping and defensive pessimism: Exploring a model of predictors and outcomes from a self-protection perspective.** *Journal of Educational Psychology*, 93 (1), 87-102.
- Martin, A., Marsh, H., Williamson, A. & Debus, R. (2003). **Self-handicapping, defensive pessimism, and goal orientation: A qualitative study of university students.** *Journal of Educational Psychology*, 95(3), 617-628.
- Norem, J. & Illingworth, K. (1993). **Strategy-dependent effects of reflecting on self and tasks: Some implications for optimism and defensive pessimism.** *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 822-835, <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.65.4.822>
- Norem, J. (1987). **Strategic realities: Optimism and defensive pessimism** [Unpublished Doctoral Dissertation]. University of Michigan, Ann Arbor.
- Norem, J. (1996). **Cognitive strategies and the rest of personality** [Presented Paper]. The Annual Meeting of the American Psychological Association, Toronto, Canada.
- Norem, J. K. (2008). **Defensive pessimism as a positive self-critical tool.**
- Norem, J. & Cantor, N. (1986a). **Anticipatory and post hoc cushioning strategies: Optimism and defensive pessimism in "risky" situations.** *Cognitive Therapy and Research*, 10 (3), 347-362.
- Norem, J. & Cantor, N. (1986b). **Defensive pessimism: Harnessing anxiety as motivation.** *Journal of Personality and Social Psychology*, 51 (1), 1208–1217.
- Norem, J. K., & Cantor, N. (1990). **Cognitive strategies, coping, and perceptions of competence.**
- Norem, J. & Chang, E. (2002). **The positive psychology of negative thinking.** *Journal of Clinical Psychology*, 58 (1), 993-1001, <http://dx.doi.org/10.1002/jclp.10094>
- Norem, J. & Illingworth, K. (1993). **Strategy-dependent effects of reflecting on self and tasks: Some implications for optimism and defensive pessimism.** *Journal of Personality and Social Psychology*, 65 (1), 822-835.
- Norem, J. & Illingworth, K. (1999). **Mood and performance among strategic optimists and defensive pessimists** [Unpublished Manuscript]. Department of Psychology, Wellesley College, Wellesley, MA.
- Norem, J. K. (1989). **Cognitive strategies as personality: Effectiveness, specificity, flexibility, and change.** *Personality psychology: Recent trends and emerging directions*, New York, NY: Springer US, 45-60.
- Norem, J. (1998). Should we lower our defenses about defense mechanisms? *Journal of Personality*, 66(2), 895-917.
- Norem, J. K. (2001). **Defensive pessimism, optimism, and pessimism.**
- Norem, J. (2005). *Self-knowledge among defensive pessimists, strategic optimists, and anxious "others."* Unpublished data. Wellesley College, Wellesley, MA.

-
- Norem, J. K., & Cantor, N. (2007). **Defensive pessimism**. *Encyclopedia of social psychology*. Edited by Roy F. Baumeister and Kathleen D. Vohs. Thousand Oaks, CA: SAGE.
- Norem, J. (2008). **Defensive pessimism, anxiety, and the complexity of self-regulation**. *Social and Personality Compass*, 2 (4), 121-134.
- Norem, J. K. (2008). **Defensive pessimism as a positive self-critical tool**.
- Norem, J. K. (2014). **The right tool for the job: Functional analysis and evaluating positivity/negativity**.
- Norem, J.& Cantor, N. (1986b). **Defensive pessimism: Harnessing anxiety as motivation**. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51 (4), 1208-1217.
- Norem, J. K., & Cantor, N. (2007). **Defensive pessimism**. *Encyclopedia of social psychology*. Edited by Roy F. Baumeister and Kathleen D. Vohs. Thousand Oaks, CA: SAGE.
- Roth, G. (2019). **The educated underclass: students and the promise of social mobility**. London: Pluto Press.
- Sanna, L. (1998). **Defensive pessimism and optimism: The bittersweet influence of mood on performance and prefectural and counterfactual thinking**. *Cognition and Emotion*, 12 (1), 635-665.
- Shimizu, H., Nakashima, K. & Morinaga, Y. (2019). **The Role of Individual Factors in Friendship Formation: Considering Shyness, Self-Esteem, Social Skills, and Defensive Pessimism**. *Japanese Psychological Research*, 61 (1), 47-56.
- Shimizu, H., Nakashima, K., & Morinaga, Y. (2016). **The role of defensive pessimism in interpersonal communication involving behavioral intention with others**. *Japanese Journal of Personality*, 24 (3), 202–214.
- Showers, C. (1992). **The motivational and emotional consequences of considering positive or negative possibilities for an upcoming event**. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 474–483.
- Showers, C.& Ruben, C. (1990). **Distinguishing defensive pessimism from depression: Negative expectations and positive coping mechanisms**. *Cognitive Therapy and Research*, 14 (2), 385–399.
- Spencer, S.&Norem, J. (1996). **Reflection and distraction: Defensive pessimism, strategic optimism, and performance**. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22 (2), 354-365.
- Tice, D.&Baumeister, R. (1990). **Self-esteem, self-handicapping, and self-presentation: The strategy of inadequate practice**. *Journal of Personality*, 58 (3), 443–464.