



Stress control among middle school students

التحكم المجهد لدى طالبات المرحلة الاعدادية

اد.د.صالح مهدي صالح انعام اسماعيل محمد

Author Information

Prof. Dr. Saleh Inam Ismail
Mahdi Saleh Muhammad

Presidency of /
Diyala
University

Author info

ps.hum@uodiy Dr.salihbaquba@yah
ala.edu.iq.179 oo.com

Article History

Received
6/6/2022

Accepted:
30/6/2022

Keywords: stressful control - fill in the blank, middle school

DOI10.57592

Abstract:

The current research aims to identify stressful control among middle school students, and for the purpose of achieving the goal of the research, the researcher used the descriptive approach. Baquba District Center, and the researcher built a stressful control scale and extracted the psychometric characteristics of the scale and used statistical indicators, and the researcher reached results, including that middle school students have stressful control.

هذه مقالة وصول مفتوح بموجب ترخيص

CC BY 4.0

(<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)

الفصل الاول

مشكلة البحث :

بحكم طبيعة الانسان والحاجات النفسية والسيولوجية والاجتماعية له وبسبب شخصيته فانه يسعى دائما الى السيطرة على بيئته والتحكم في مجريات حياته , كما يحاول أن يضمن احساساً بالتحكم لأنه من خلال هذا الاحساس يتمكن من اتخاذ القرارات المناسبة والتصرف بالطريقة التي سوف تضمن له النتائج الايجابية وتستثنيه من النتائج السلبية والضارة بصحته.

اذ ان الإنسان إذا تمكن من فهم ذاته بشكل جيد يمكنه السيطرة على بيئته وضبطها وتوجيهها توجيهاً صحيحاً , ولهذا السبب إستثار موضوع الشخصية بقدر كبير من جهود علماء النفس الذين تناولوا موضوعاتها المهمة وجوانبها المختلفة في عدد من فروع علم النفس

ان احساس الفرد بقدرته على التحكم بمشاعره وافكاره وسلوكه وبيئته يعتبر من اهم المعالم الاساسية للتوافق النفسي الناجح , فان قدرة الفرد على التعامل مع ضغوطات الحياة يزداد عندما يدرك الفرد أن لديه القدرة على التحكم بسلوكه وأفكاره ومشاعره, وتشير نظرية فاعلية الذات الى أن المتغيرات النفسية والسلوكية يمكن تفسيرها بالشكل الأفضل عن طريق دراسة إعتقاداتنا وتوقعاتنا بشأن قابلياتنا على تحقيق غايات معينة , والتعامل بشكل فعال العقبات التي تقف في طريقنا نحو تحقيق تلك الغايات والتغلب على المشكلات التي تعترض حياتنا والتحكم المجهد يعد من العوامل المؤثرة في الأهداف التي يحددها المتعلم لنفسه , ويؤثر في تنظيمه لعمليات تحقيق هذه الأهداف من طريق التأثير على معلومات التغذية الراجعة الناشئة من عمليات المراقبة الذاتية والتقييم الذاتي (Fishbach & Shah , 2006 : 822)

إذ أن بعض الافراد تقل عزيمتهم عندما يواجهون المصاعب , ويتسم أدائهم بعد الفشل بالضعف وخضوعهم للتأثيرات السلبية ولديهم توقعاً منخفضاً للنجاح في المستقبل , ويتجنبون التحدي , ويعززون فشلهم الى أسباب ثابتة غير قابلة للتحكم , وفي الجانب الآخر نجد بعض الطلبة يتوجهون نحو التحكم و يبحثون عن التحدي , ويزداد بذلهم للجهد عند مواجهة الصعوبات.

ومما تجدر الاشارة اليه أن التحكم المجهد في مرحلة الطفولة يتحدد من خلال أساليب التنشئة

اذ ان تأثير التنشئة واضح على تعلم مهارات التحكم المجهد عن طريق التفاعل بين الطفل ووالديه , حيث وجد أن الافراد الذين يفضلون الحصول على مكافآت مؤجلة هم افراد نشأوا في اسر تشجع على الاستقلالية والاعتماد على الذات , بالاضافة الى ما تتركه عمليات الثواب والعقاب من تأثير واضح على التحكم المجهد, إذ يسعى الطفل الى القيام بالافعال التي ترضي الوالدان والابتعاد عن ما لا يرضيها (Bandura , 1977.p. 194)

ومن خلال ممارسة الباحثة عملها كمحاضرة واحساسها في المشكلة ترى الباحثة ان مشكلة التحكم المجهد هي مشكلة لدى طالبات المرحلة الاعدادية وينبغي تناولها بطرق علمية دقيقة وبناء برنامج ارشادي لتنميتها لدى طالبات مرحلة دراسية مهمة وهي مرحلة الاعدادية ومن هنا تتبثق مشكلة البحث الحالي (التحكم المجهد لدى طالبات الاعدادية) والتي تسعى الباحثة لدراستها والاجابة على التساؤل الآتي :مدى التحكم المجهد لدى طالبات الاعدادية ؟

أهمية البحث:

لقد تطور مفهوم الارشاد النفسي بتطور حركه الخدمات النفسية التي تقدم للفرد والجماعة وفي ازمان مختلفة وبيئات متشابهة ، واصبح يعد من التخصصات الهامة في الوقت الحاضر وذلك لازدياد حاجة افراد المجتمع للعون والمساعدة في فترات الانتقال الحرجة ، لذلك فهم يحتاجون الى عمليه الارشاد النفسي فعندما ينتقل الفرد من مرحله الطفولة الى مرحلة المراهقة يتخلل هذه المراحل الكثير

حيث يخضع الفرد الى الكثير من المتغيرات طوال سنين حياته بدءاً من متغيرات تختص بالفترات العمرية حيث يندرج من الطفولة الى المراهقة وما يرافقها من اضطرابات واعراض نفسية وجسدية اضافة الى التغيرات عند الكبر كأنتقال الفرد من مرحلة العزوبية الى مرحلة الزواج وتأسيس الاسرة والتغيرات الاجتماعية

تعرض كل المتغيرات السابقة الانسان الى كم كبير من الضغوطات النفسية فيفقد السيطرة على حياته ويصبح تابعاً لظروفه وليس صانعاً لها الامر الذي يؤكد الحاجة الى تقنيات نفسية مساعدة له للوصول الى حالة من التوازن والسلام والهدوء لكي يستطيع مواصلة السير في الحياة بأكبر قدر ممكن من الايجابية

كما يرى بيك (Beck,1976) ان من المفيد ان تكون علاقته بين المرشد والمرشد علاقة مشتركة ومهمة المرشد التحالف مع المرشد ضد مشكلته وهذا يتطلب من المرشد خصائص معينة مثل الدف والتقبل والتفهم من اجل انجاح البرنامج

اما المرحلة الإعدادية فتعد من المراحل المهمة التي تهيئ الفرد للدخول الى الجامعة ففيها يبحث الفرد عن الاستقلال الذاتي والاعتماد على نفسه، ولابد للطالبة في هذه المرحلة أن تتسم بروح التسامح والمرونة في التفكير وأن لا تتحاز لرأيها وأن تعيش حياة دراسية هادئة، بحيث تؤثر إيجابياً في تحصيلها الدراسي ، وتهتم المجتمعات بما تمتلكه من موارد بشرية وتحرص على سلامتهم من جميع النواحي الجسمية والعقلية والنفسية وتعد طالبات المرحلة الإعدادية إحدى الشرائح المهمة التي نوليها اهتماماً كبيراً كونهن في مرحلة عمرية تحدث فيها تغييرات فيسيولوجية مهمة فهي المرحلة التي ترفد الجامعات والمعاهد بالطالبة

وعليه تتجلى أهمية البحث الحالي في أهمية العينة (المسترشديات) كونهن طالبات المرحلة الإعدادية وهي مرحلة نمو جسمي وسلوكي وانفعالي، والارشاد النفسي عملية مساعدة تنفذ في جو اجتماعي يتصف بالمرونة الغاية منه احداث تعديل أو تغيير في السلوك الانساني الى الافضل فالارشاد الفعال والمؤثر قادر على تعديل ذلك السلوك غير المرغوب.

وتكمن أهمية البحث في جانبين :

أولاً- الأهمية النظرية:

1. أن يحقق إضافة جديدة للمكتبة العربية بشكل عام والمكتبة العراقية بشكل خاص.
2. يتناول البحث شريحة مهمة من شرائح المجتمع الا وهي شريحة طالبات المرحلة الإعدادية اللواتي سيكون مسؤولات في المستقبل.

ثانياً: الأهمية التطبيقية:

يسهم البحث في تقديم مقياس للتحكم المجهد لطالبات المرحلة الإعدادية، يمكن تطبيقه من قبل العاملين في مجال الإرشاد النفسي

هدف البحث:

يهدف البحث الحالي التعرف على التحكم المجهد لدى طالبات المرحلة الإعدادية

حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بطالبات المرحلة الإعدادية للدراسة الصـباحي في مركز قضاء بعقوبة / المديرية العامة لتربية محافظة ديالى للعام الدراسي (2021/2022).

تحديد المصطلحات: Definition of Terms:

1-أولاً:المرحلة الإعدادية:هي مرحلة دراسية مدة الدراسة فيها تكون (3)سنوات تهدف الى الاستمرار في اكتشاف قابليات الطلبة وميولهم وتمييزها والتوسع في الثقافة ومطالب المواطنة السليمة والتدرج في الحصول على مزيد من التنوع في كل ميادين المعرفة والتدريب على تطبيقاتها تأهيلاً للحياة العملية ولمواصلة مرحلة الدراسة اللاحقة(وزارة التربية) ٢٠١١، ٢٢٠١١

ثانياً: التحكم المجهد (Effortful Control):

- 1- التعريف النظري :لقد تبنت الباحثة تعريف (بانديرا)تعريفًا نظريًا للبحث.(وهو مجموعة القدرات التي تمكن الفرد من تغيير وتركيز انتباهه والانهماك بمحاولة التحكم بسلوكياته وضبطها حسب متطلبات الموقف)
- 2- التعريف الاجرائي :الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال اجابته على فقرات مقياس التحكم المجهد المعد في

هذا البحث .

الفصل الثاني

الاطار النظري:

اولا: مفهوم التحكم المجهد:

يشير مصطلح التحكم المجهد الى قدرة الفرد في ضبط انفعالاته وساوكياته بما يتفق وعادات وتقاليد المجتمع الذي يعيش فيه وبالتالي كما انه يتضمن الانتباه واليات لحل الصراع بين الافكار والمشاعر ومزاجيات الفرد ,وقد اشارت بعض الدراسات الى ارتباط الاساليب المعاملة الوالدية بعدة ابعاد لمزاج الطفل مثل التحكم المجهد وكبح الخوف والحالة الانفعالية السلبية وباستخدام الدراسات المصممة التي لا تتحرى الاسس الجينية من الصعب نسب هذا التباين الى اساليب المعاملة الوالدية لان العوامل الوراثية لا تؤثر فقط على مؤشر مزاجي معين مثل التواصل الاجتماعي وانما في انعدام البيئة الاسرية التي يعاني منها الاطفال مثل الاسلوب العدائي للوالدين (Harold et al2013,)

وبالتالي قد تكون تاثيرات اساليب المعاملة الوالدية على مزاج الاطفال بسبب الجينات المشتركة مع الوالدين من خلال الارتباط الوراثي البيئي السلبي بدلا من تاثير سلوكيات المعاملة الوالدية

في حين تتفق بعض النتائج مع الافتراض القائل بان العوامل البيئية بما في ذلك اسلوب المعاملة الوالدية الجيدة تساهم في تطوير التحكم المجهد وقد اظهرت وجود علاقة بين التوجيهات السلوكية والتعبير عن الانفعالات السائدة ومستويات اعلى من التحكم المجهد عند الاطفال بالاضافة الى ذلك محاولات الوالدين في صقل سلوك اولادهم واستخدام الاطفال استراتيجيات التنظيم الذاتي الفعالة واستراتيجيات الانضباط الايجابية المرتبطة بمستوى التحكم المجهد للاطفال(اشراق,ص20,2021) وعلى الرغم من ان للتحكم المجهد اساس وراثي ومزاجي لذا من المحتمل ان يتم تعزيزه من خلال التفاعل الاجتماعي 'وقد اشارت دراسة(Kochanska–Murray&Harlan 2000) الى ان تركيز الانتباه في الطفولة يمكن ان يتنبأ بمستويات مستقبلية من التحكم المجهد ويمكن ان نلاحظ الفروق من خلال التحكم المجهد في قدرتهم على صرف انتباههم البصري عن المنبهات السلبية او عالية الشدة(Rothbart–1981) وبعد بدء وظهور التحكم المجهد ظهرت مستويات معتدلة من الاستقرار عبر مرحلة الطفولة وصولا الى المراهقة ومن ثم الرشد(اشراق,2021)

❖ النظرية التي تناولت دراسة التحكم المجهد

(learning by modeling) نظرية التعلم الاجتماعي باندورا

جاءت نظرية التعلم الاجتماعي لتضيف بعدا جديدا لكيفية التعلم وان اول من قدم هذه النظرية هو (البرت باندورا 1963-1966) حيث لفت الانتباه الى كثير من انماط السلوك يتم تعلمها من خلال ملاحظة الاخرين وتقليدهم ولذلك اطلق عليها تسمية [نظرية التعلم بالملاحظة والتقليد او نظرية التعلم بالنمذجة]. وتعتبر من النظريات التوفيقية الانتقائية لانها حلقة وصل بين النظريات المعرفية والنظريات السلوكية [نظريات الارتباط_المثير والاستجابة]، فهي في تفسيرها لعملية التعلم تستند الى مجموعة من المفاهيم المختلفة المأخوذة من تلك النظريات (الزغلول, 2003, 125)

حاولت الكثير من نظريات علم النفس على طول السنين من تفسير السلوك البشري المعقد ويمكن ان نقول البعض منها اهتم بالعوامل الداخلية والتي تعمل على مستوى الشعور كمحدد رئيسي للسلوك في حين ان البعض الاخر اهتم هذا الجانب واهتم في العوامل الخارجية البيئية القابلة للملاحظة والقياس (حسن المعطي: 2019)

ان كثير من محاولات الحصول على فكرة التعلم تتم بشكل تلقائي وذلك من خلال عمليات منظمة في التعلم الاجرائي فان الافراد يتعلمون الكثير من الاشياء من خلال تفاعلهم الاجتماعي وان السلوك هو الاساس في علم النفس المعاصر وان محاولة معرفة اسباب ذلك السلوك تتم من خلال تتبع اي من المثيرات من البيئة الخارجية ترتبط بقدرة الفرد على الاستجابة وان هذه الانماط السلوكية تكتسب من خلال التعلم بالملاحظة والمحاكاة (هولاند, 1986, 149)

وهذا الافتراض يشير الى ان جانب كبير من التعلم يعتمد على ملاحظة الكائن العضوي لسلوك غيره من افراد جنسه وان جانبا كبيرا من استجابات الانسان يتم لمجرد ملاحظة غيره من الناس ويعد الاخرين في مثل هذه الحالة نماذج

يرى باندورا بان النظريات السلوكية التقليدية غير كافية لتفسير التعلم ولقد ميز بين استيعاب التعلم وبين الانجاز الملحوظ القائم على السلوك بمعنى انه يعتقد بإمكاننا معرفة ما نراه -مثلا- الطالب الذي يتعلم كيفية اختصار الكسر الى ابسط صورة قد يكون ادائه في الاختبار سيئا لاسباب مختلفة وقد قدم باندورا نظريته في التعلم الاجتماعي من هذا المنطلق مبين ان هناك عوامل عدة داخلية وخارجية تتفاعل مع احداث البيئة والعوامل السلوكية والشخصية المختلفة لاحداث تعلم (نوفل, ابو عواد, 2011: 143)

ويرجع الفضل في تبلور الاتجاه المعرفي الى البرت باندورا وريتشارد وولترز في كتابهما الشهير الذي صدر عام(1962م) وعنوانه (التعلم الاجتماعي ونمو الشخصية) ثم كتاب (نظرية التعلم الاجتماعي لباندورا عام(1977م) (غباري,ابو شعيرة,2009:145)

حيث يؤكدان على مبدأ الحتمية التبادلية في التعلم من حيث التفاعل بين ثلاث مكونات رئيسية وهي[السلوك- والمحددات البيئية-والمحددات المرتبطة بالشخص],فوفقا لهذه المعادلة فان السلوك هو وظيفة لمجموعة محددات متعلمة سابقة ولاحقة بحيث تشمل كل منها على متغيرات ذات طابع معرفي كما ان الحتمية المتبادلة هي بحد ذاتها نظرية معقدة وشاملة للسلوك الانساني

فهي تهتم بشكل اساسي بعمليات التبادل بين الاحداث الداخلية والخارجية للفرد والسلوك الانساني الذي يصدر عنه ووفقا لهذا المبدأ فان العملية المعرفية تلعب دورا في السلوك

يعتبرون من الناحية التقنية نماذج وان اكتساب الاستجابات من خلال هذه الملاحظة يسمى الاقتداء بنموذج ويكون عن طريق الملاحظة التي تقيس الانتباه (موقع عرب سايكولوجي,2021)

دراسات تناولت التحكم المجهد:

دراسة (اشراق, 2021) [التحكم المجهد وعلاقته بمرونة الأنا]

يهدف البحث الحالي إلى التعرف عن التحكم المجهد لدى طلبة المرحلة الإعدادية ، ودلالة الفروق على وفق متغيري الجنس (ذكور - إناث) ، العمر (16- 18 ، 19- 22 سنة) كما يهدف الى التعرف عن مرونة الأنا ودلالة الفروق على وفق متغيري الجنس(ذكور - إناث) ،العمر (16- 18 ، 19- 22 سنة) ، فضلاً عن الكشف عن طبيعة العلاقة الارتباطية بين متغيري التحكم المجهد ومرونة الأنا، والعلاقة الارتباطية بينهما على وفق متغيري الجنس، العمر وعن مدى إسهام التحكم المجهد في مرونة الأنا ولتحقيق أهداف البحث الحالي تم تكييف مقياس للتحكم المجهد وبناء مقياس لمرونة الأنا على عينة من طلبة المرحلة الإعدادية التي اختيرت بالطريقة العشوائية البسيطة ، حيث بلغ عددهم (400) طالب وطالبة، من كلا الجنسين، وبالتخصصين العلمي والادبي، وللمراحل الرابعة والخامسة والسادسة في مدينة بغداد مديرتي الرصافة الثانية والثالثة للعام 2020، وقد تم تحقيق الخصائص السيكومترية للمقياسين.

مدى الافادة من الدراسات السابقة

التحكم المجهد لدى طالبات المرحلة الإعدادية	195
انعام اسماعيل محمد	00صالح مهدي صالح

ان اطلاع الباحثة على الدراسات السابقة لمتغيرات البحث ساعد على تحديد فوائد الدراسات :

1-تحديد هدف البحث الحالي

2-تحديد المشكلة

3- الاستفادة منه في اعداد اداة البحث

الفصل الثالث

منهج البحث

واجراءاته

يتضمن هذا الفصل جميع الاجراءات التي تبعتها الباحثة من اختيار منهج البحث الملائم ومجمعه وعينته وادوات البحث وتطبيق الاداة واستخراج الخصائص السايكومترية للمتغير

اولاً : منهجية البحث

APPROach of the Research

ان المنهج الذي اتبعته الباحثة في هذا البحث هو المنهج الوصفي اذ تعد البحوث الوصفية من اكثر البحوث النفسية والتربوية دقة وموضوعية يمكن استخدام الفرضيات الخاصة بالسبب والنتيجة ويكون هذا النوع من الاساليب الاكثر صدقا في تناول وحل المشكلات النفسية والتربوية

ثانياً : مجتمع البحث:

يعرف مجتمع البحث بانه مجموعة الاشخاص او الاعداد او افراد التي لها خاصية مشتركة يمكن ملاحظتها ومراد دراسته

ويتكون مجتمع البحث الحالي من طالبات المرحلة الاعدادية لمركز (بعقوبة محافظة ديالى)للدراسة الصباحية موزعة على المدارس الاعدادية والثانوية البالغ عددهم(7823) طالبة وتم اسبعاد المدارس الاعدادية والثانوية للدراسة المسائية(ثانوية مطلع الفجر

المسائية للبنات واعدادية المواسم المسائية للبنات) من الاحصائية وفق احصائية قسم التخطيط التربوي اشعبة الاحصاء في مديرية تربية ديالى للعام الدراسي (2020-2021) والتي حصلت عليها الباحثة من خلال كتاب تسهيل المهمة. ملحق (1)

أ-مجتمع المدارس: يشمل مجتمع البحث المدارس الاعدادية للدراسة للدراسة الصباحية مركز قضاء بعقوبة التابع لمديرية تربية محافظة ديالى للعام الدراسي(2020-2021) والبالغ عددها(9) مدارس والجدول(1) يوضح ذلك

ب-مجتمع الطالبات: يشمل الطالبات المدارس الاعدادية للدراسة الصباحية في مركز قضاء بعقوبة التابع لمديرية تربية ديالى للعام الدراسي(2020-2021) البالغ (7823) موزعة على (9) مدارس والجدول (1) يوضح ذلك

جدول(1) مجتمع البحث

ت	اسم المدرسة	عدد طالبات الرابع	عدد طالبات الخامس	عدد طالبات السادس	المجموع
1	اعدادية القدس للبنات	112	69	144	325
2	ثالث المؤمنة للبنات	297	-	-	297
3	عالتحرير للبنات	215	100	203	518
4	عالزهراء للبنات	75	220	220	515
5	عاعائشة للبنات	111	53	36	200
6	عازينب الهلالية للبنات	87	75	74	236
7	ثالثالعدنانية للبنات	242	132	172	546
8	عالخيزران للبنات	346	172	269	787
9	عالمنة بنت وهب للبنات	330	181	286	797
10	عاثوبية الاسلامية للبنات	329	220	248	797
11	عالم حبيبة للبنات	341	198	262	801

292	95	63	134	شاجمانة للبنات	12
499	178	145	176	شالعروة الوثقى للبنات	13
206	51	47	108	شالصديقة للبنات	14
292	100	70	122	شالزمر للبنات	15
106	-	90	107	المصطفى	16
142	56	123	144	عاجويرية بنت الحارث للبنات	17
467	153	170	144	شافاطمة للبنات	18
7823	2547	2128	3420	18	م

ثالثاً: عينة البحث

Sample of Research

هي مجموعة جزئية من المجتمع الذي تجري عليه الدراسة وتكون ممثلة للمجتمع الاصلي تمثيلاً دقيقاً ويتم سحبها لغرض الوصول الى استنتاجات عن المجتمع يقوم الباحث الى اختيار العينة بسبب صعوبة الوصول الى جميع افراد المجتمع الاصلي وان كبر حجم العينة في الاختيار يعتبر الاطار المفضل لانه يقلل من وجود الخطأ المعياري (النعيمي 2014ص63)

وتألفت عينة البحث من التالي:

1- عينة التحليل الاحصائي: اشارت انستازي ان حجم عينة التحليل الاحصائي المفضلة هي (400) مستجيب (Anastasi 1988 p33) ووفق هذا المعيار وبناء على ماتقدم تم اختيار عينة ممثلة لجميع طالبات المرحلة الاعدادية اذ بلغت عينة الطالبات (400) والتي تم اختيارهن بطريقة عشوائية لان مجتمع الدراسة متجانس وبنسبة (50%) من عينة المدارس وتم سحب العينة العشوائية من كل (الرابع-الخامس-السادس) اعدادي بما يتلائم مع حجم العينة بنسبة (31%) من الصف الرابع و(27%) من الصف الخامس اعدادي و(42%) من الصف السادس من المدارس الاعدادية في مركز قضاء بعقوبة لسنة (2020-2021) وجدول (2) يوضح ذلك

جدول(2)

عينة التحليل الاحصائي لمقياس التحكم المجهد

ت	اسم المدرسة	عدد طالبات الرابع	عدد طالبات الخامس	عدد طالبات السادس	المجموع
1	ع القدس للبنات	15	10	15	40
2	الزهراء للبنات	25	10	15	50
3	ثالمؤمنة	25	-	-	25
4	عالتحرير للبنات	25	25	15	65
5	عالمهات المؤمنین	30	25	-	55
6	عاجويرية بنت الحارث	25	25	10	60
7	ثافاطمة للبنات	5	5	-	10
8	ثالعدنانية للبنات	15	15	15	45
9	عالمنة بنت وهب	15	20	15	50
م		180	135	85	400

رابعا .: اداة البحث

وتعني اداة البحث هي الوسيلة التي يتم من خلالها جمع المعلومات اللازمة للإجابة عن اسئلة البحث واختيار الفروض (العساف، 1995ص10) ومن اجل تحقيق اهداف البحث الحالي تطلب من الباحثة بناء اداة على النحو الاتي .:

(بناء مقياس التحكم المجهد) ذي خصائص سايكومترية.

❖ مقياس التحكم المجهد :

ولتحقيق هدف البحث الحالي لابد من توفر مقياس يتناسب مع طبيعة البحث المراد قياسها وطبيعة المجتمع وان يتوفر فيها الخصائص السايكومترية لذا قامت الباحثة ببناء مقياس التحكم المجهد للأسباب الاتية :

. لم تجد الباحثة مقياس عربي او اجنبي يتلاءم مع طبيعة مجتمع البحث الحالي .

وبناء على ذلك تم بناء المقياس وفق الخطوات التي حددها كل من (الن وين)، في بناء الاختبارات والمقاييس النفسية وكالاتي :

- تحديد مفهوما للتحكم المجهد .
- تحديد مجالات التحكم المجهد.
- كتابة الفقرات وصياغتها وتوزيعها على كل مجال من مجالات المقياس .
- تحديد بدائل الاجابة.
- اعداد تعليمات المقياس .
- استطلاع اراء المحكمين على المقياس .
- عينة وضوح التعليمات .
- اسلوب التصحيح للمقياس
- التحليل الاحصائي. (Allen and yen ,1979,119)

وفي ما يأتي عرض مفصل لهذه الخطوات :

1. تحديد مفهوم التحكم المجهد وتعريفه أذ تبنت الباحثة تعريف المنظر (بانديورا)

والذي عرف التحكم المجهد (بانه مجموعة القدرات التي تمكن الفرد من تغيير وتركيز انتباهه والانهماك بمحاولة التحكم بسلوكياته وضبطها حسب متطلبات الموقف.

2. تحديد مجالات مقياس التحكم المجهد :. حددت ابعاد مقياس التحكم المجهد في ضوء ما استمدته الباحثة من النظرية والتعريف للمنظر (بانديورا) للتحكم المجهد وبناء عليهم تم تحديد الابعاد وهي كالاتي :.

1. التركيز الانتباهي: (8)فقرة

2.: القدرة على تبديل الانتباه:تبديل الانتباه بشكل مرن(7)فقرة

3. الانهماك:الاستغراق في التركيز بشي ما ويذل الجهد في تحقيقه(9) فقرة. ولغرض التحقق من ابعاد المقياس تم عرض المقياس على مجموعة من الخبراء المتخصصين في مجال العلوم التربوية والنفسية .

3. تحديد فقرات المقياس وصياغتها :. ولقد تم تحديد الفقرات المناسبة لكل مجال من المجالات الثلاث باعتماد الباحثة على

الاطار النظري في صياغة الفقرات واستنباطها وتم صياغة (24)فقرة للمقياس منها(20) فقرة بالاتجاه الموجب (4) فقرة

بالاتجاه السالب موزعة على ثلاث مجالات بواقع اربع بدائل امام كل فقرة وقد اتبعت الباحثة في صياغتها ل فقرات التحكم المجهد على مجموعة من القواعد الضرورية وهي كالآتي .:

1. ان تكون محتوى الفقرة واضحا وصريحا.
 - 2 ان تحمل الفقرة فكرة واحدة .
 3. يجب ان لا يكون للفقرة اكثر من تفسير واحد .
 - 4 . الابتعاد عن نفي النفي في صياغة الفقرات
 - 5 ان تكون صياغة الفقرة قصيرة قدر الامكان .
 6. ان تتلاءم الفقرة مع عمر عينة البحث المطبق عليها .
4. اعداد تعليمات المقياس :

تعد تعليمات الاجابة على المقياس التي تضمنتها اداة البحث بمثابة دليل يسترشد به المستجيب في اجابته على فقرات المقياس لذا حرصت الباحثة ان تكون التعليمات سهلة وواضحة ومناسبة . اذ تضمنت التعليمات كيفية الاجابة وحث المستجيبات على الاجابة بدقة وانه لا توجد اجابة صحيحة او خاطئة ،ولا داعي لذكر الاسم وجرت الاشارة الى ان هذا لمقياس معد الاغراض البحث العلمي فقط وتضمنت تعليمات المقياس مثال توضيحي في الاجابة عن فقرات المقياس .

5. تحديد بدائل الاجابة واوزانها في مقياس التحكم المجهد وطريقة التصحيح .:

تم الاعتماد على المدرج الرباعي للتقدير ازاء كل فقرة اذا عطيت كل فقرة درجة تتراوح من (1- 4) فالبدائل (تنطبق علي دائما ، تنطبق علي غالبا ، تنطبق علي احيانا ، لا تنطبق علي ابدا)حيث كان التصحيح الفقرات الايجابية من (1 4) اما الفقرات السلبية كان تصحيحها من (1. 4) والجدول(3) يوضح ذلك

جدول (3)

تدرج الاجابة على مقياس التحكم المجهد لطالبات المرحلة الاعدادية

الفقرات	تتطبق علي دائما	تتطبق علي غالبا	تتطبق علي احيانا	لا تتطبق علي ابدا
الاتجاه الايجابي	4	3	2	1
الاتجاه السلبي	1	2	3	4

6. استطلاع آراء المحكمين في مدى صلاحية فقرات مقياس (التحكم المجهد)

بعد ان تم صياغة تعليمات المقياس وصياغة فقراته قامت الباحثة بعرض الاداة على السادة المحكمين في تخصص القياس والتقييم وعلم النفس الملحق رقم (6) يوضح ذلك والذي بلغ عددهم (20) محكما بصيغته الاولية المكونة من (24) فقرة لغرض تقويم المقياس والحكم عليه في:

1. صلاحية مجالات وفقرات المقياس ومدى ملائمة توزيع الفقرات على كل مجال من مجالات المقياس .

2. مدى مناسبة البدائل ووضوح تعليماته وبعد الاطلاع على آراء السادة المحكمين وفي ضوء ملاحظاتهم في التعديل والاضافة تم التوصل الى الاتي :

أ. تم استبقاء الفقرات على انها دالة احصائيا وفق اختبار مربع كاي.

ب . اقترح اغلب المحكمين ضرورة تعديل الفقرات التي تم تعديلها من قبلهم لكونها غير مفهومة للمستجيب . والجدول (4) يوضح ذلك

جدول(4)

فقرات المقياس قبل التعديل وفقرات المقياس التي تم تعديلها

المجال	الفقرات قبل التعديل	الفقرات التي تم تعديله
المجال الأول (التركيز الانتباهي)	امتلك القدرة على التركيز حتى بوجود المشتتات الصوتية تحيدي لمجال انتباهي يجعل تركيزي اسهل قيامي باعمال خاطئة هو نتيجة عدم التركيز اخذ استراحة بين نشاط واخر لتجديد انتباهي	1-امتلك القدرة على التركيز حتى بوجود المشتتات 2-يصبح تركيزي اسهل عندما احدد مجال انتباهي 3-ان قيامي باعمال خاطئة هو نتيجة عدم التركيز 4-اتمتع باستراحة بين نشاط واخر لتجديد انتباهي
المجال الثاني (القدرة على تبديل الانتباه)	1لدي القدرة على انجاز اكثر من عمل بصورة صحيحة 2-انتقل بسهولة من نشاط الى اخر 3-افهم ما اقرا حتى وانا منفعل	1لدي القدرة على انجازاكثر من عمل ذهني 2-انتقل بسهولة من نشاط معرفي الى اخر 3-افهم ما اقراه حتى لما اكون منزعجا
المجال الثالث(الانهمك)	1ارغب في تطوير قابلياتي الثقافية والفكرية 2-اشعر برغبة لمواكبة كل ما هو جديد 3-انهمك لكي احصل على علامات جيدة	1. ارغب في تطوير قابلياتي المعرفية 2-اشعر بنشاط لمواكبة كل ما هو جديد 3-انهمك لكي احصل على علامات جيدة في دروسي

وبعد اجراء التعديل لفقرات المقياس التي قامت بها الباحثة في ضوء اراء المحكمين اصبح مقياس التحكم المجهد بصورته النهائية يتكون من (24) فقرة

خ-التحليل الاحصائي لفقرات مقياس التحكم المجهد:

يقصد بالتحليل الاحصائي هو فحص استجابات الافراد على كل فقرة من فقرات (مقياس التحكم المجهد) لغرض اختبار الفقرات التي تخدم البحث وتتمتع بخصائص سايكومترية واستبعاد الفقرات غير المناسبة بايجاد قوتها التمييزية وهذا يساعد في زيادة صدق الاداة وثباتها (نرجس, 2014, ص 79) وللتحقق من الخصائص الاحصائية للفقرات قامت الباحثة بالاجراء الاتية:

اولا: اسلوب المجموعتين المتطرفتين (القوة التمييزية لفقرات)

ان حساب القوة التمييزية لكل فقرة من فقرات الاداة هي مدى قدرة الفقرة على التمييز بين المستجيبين الذين يتمتعون بدرجات عالية في الاختبار باولئك الذين حصلوا على درجات منخفضة في الاختبار وتتم مقارنة كل فقرة من فقرات المقياس وشار (Kelly 1939)بانه افضل نسبة لتحديد المجموعتين المتطرفتين في حال العينات الكبيرة هي التي يكون توزيعها بنسبة(27%) من حجم العينة ولتحقيق ذلك اتبعت الباحثة الخطوات الاتية:

-تطبيق المقياس على عينة مؤلفة من (400) طالبة من مجتمع البحث

-تحديد الدرجة الكلية لكل استمارة

-ترتيب الاستمارات من اعلى درجة الى ادنى درجة

-سحب (108) استمارة للمجموعة العليا وبنسبة(27%) و(108) استمارة للمجموعة الدنيا وبنسبة(27%)

-استخراج الوسط الحسابي والانحراف المعياري لجميع درجات المفحوصين واجراء الاختبارالتائي لعينتين مستقلتين (T-test)

للموازنة بين درجات المجموعة (العليا والدنيا) ولكل فقرة عند مستوى دلالة(0,05%)

جدول (5)

القوة التمييزية لفقرات مقياس التحكم المجهد باسلوب المجموعتين المتطرفتين

ت	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		قيمة t		درجة الحرية	دلالة الفرق
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المحسوبة	الجدولية		
1	2,2500	1,04233	1,6389	.96149	4,479	1.96		
2	2,7870	.78599	1,7778	.96995	8,401	1.96		
3	3,3704	.96279	1,4630	.81374	15,724	1.96		
4	3,6759	.68124	2,0463	1,10550	13,042	1.96		
5	3,1481	1,06617	1,6019	.91651	11,430	1.96		



دالة	214	1.96	11,823	1,03867	1,03867	1,02157	3,2778	6
		1.96	5,637	1,07940	1,07940	1,30031	2,6944	7
		1.96	8,762	.82136	.82136	1,15421	3,0648	8
		1.96	7,034	.99827	.99827	1,30327	2,7593	9
		1.96	12,758	.90817	.90817	1,20440	3,2685	10
		1.96	8,956	.89124	1,4907	1,29096	2,8426	11
		1.96	9,062	1,18955	1,9259	1,07502	3,3241	12
		1.96	16,071	1,04502	1,4630	.89690	3,5926	13
		1.96	10,037	.87641	1,8704	1,05422	3,1944	14
		1.96	6,796	.85436	1,7130	1,23393	2,6944	15
		1.96	9,821	.82341	1,4352	1,29941	2,8889	16
		1.96	9,620	1,09168	1,7963	1,21100	3,3056	17
		1.96	7,171	1,19390	1,7037	1,27182	2,9074	18
		1.96	8,397	83536	1,4444	1,42300	2,7778	19
		1.96	7,164	.93488	1,7963	1,29658	2,8981	20
		1.96	9,066	.89473	1,6759	1,19954	2,9815	21
		1.96	13,346	.89007	1,4537	1,00307	3,1759	22
		1.96	6,804	1,10925	1,8241	1,28451	2,9352	23
		1.96	8,757	1,07924	1,6481	1,17207	2,9907	24



ثانيا: استخراج العلاقة بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمقياس :

هي من اكثر الطرق استخداما في تحليل فقرات المقاييس والاختبارات النفسية نظرا لما تتميز به هذه الطريقة من تحديد مدى التجانس في فقرات المقياس في قياس المفهوم نفسه الذي تقيسه الدرجة الكلية (Nunnally 1978 p262) واستعملت الباحثة معامل ارتباط بيرسون لحساب العلاقة الارتباطية بين درجة الفقرة والدرجة الكلية لافراد عينة البحث البالغ عددهم (400) طالبة وعند استخراج معامل الارتباط تبين جميعها ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0,05)

جدول (6)

تسلسل الفقرة	معامل الارتباط
1	.260
2	.420
3	.591
4	.607
5	.517
6	.536
7	.302
8	.349
9	.335
10	.540
11	.433
12	.449
13	.621
14	.416
15	.312
16	.456
17	.451
18	.387
19	.450
20	.348
21	.453
22	.547
23	.366

24	.467
----	------

3-علاقة الفقرة بالمجال الذي تنتمي اليه:

جدول(7)

قيم معاملات ارتباط درجات المقياس بالدرجة الكلية لمجالات مقياس التحكم المجهد

معامل الارتباط	تسلسل الفقرة	الابعاد
.371	1	البعد الاول التركيز الانتباهي
.506	2	
.600	3	
.648	4	
.598	5	
.583	6	
.416	7	
.486	8	
.418	9	البعد الثاني القدرة على تبديل الانتباه
.614	10	
.559	11	
.525	12	
.662	13	
.455	14	
.392	15	
.476	16	البعد الثالث الانهماك
.526	17	
.418	18	
.541	19	
.469	20	
.506	21	
.592	22	

.432	23	
.534	24	

4-علاقة المجالات مع بعضها البعض:

بعد حساب معامل ارتباط درجات الابعاد وعلاقتها بعضها البعض اتضح ان جميع الارتباطات دالة احصائيا عند مستوى دلالة (0,05) جدول (8) يوضح ذلك

جدول (8)

معامل ارتباط المجالات مع بعضها

الانتهامك	القدرة على تبديل الانتباه	التركيز الانتباهي
.593	.636	1

5-علاقة المجالات بالدرجة الكلية للمقياس:

تم حساب معامل ارتباط المجالات بالدرجة الكلية للمقياس واتضح قيمتها اكبر من القيمة الجدولية وعند مستوى دلالة (0,05) جدول (9) يوضح ذلك

جدول (9) معامل ارتباط الابعاد بالدرجة الكلية للمقياس

الانتهامك	القدرة على تبديل الانتباه	التركيز الانتباهي	المجالات
.593	.636	1	التركيز الانتباهي
.615	1	.636	القدرة على تبديل الانتباه
1	.615	.593	الانتهامك

6- الخصائص السيكومترية لمقياس التحكم المجهد:

ان معظم علماء القياس النفسي اتفقوا على اهمية الخصائص السيكومترية في المقاييس النفسية وضرورة توافر الصدق والثبات والتي تساعد الباحثين على قياس الظاهرة بشكل دقيق وبالتالي توفر فرص حقيقية لاتخاذ قرارات مناسبة(الريماوي 2017 ص 98)لذا قامت الباحثة استخراج مؤشرات الصدق والثبات لمقياس التحكم المجهد كالآتي:

-مؤشرات الصدق

يعتبر الصدق من الخصائص السيكومترية المهمة والتي يحرص واضعي المقاييس من توافرها فالصدق هو دراسة العلاقة بين اداء الافراد على المقياس والمفاهيم والخصائص والتي يمكن ملاحظتها وقياسها (النعمي 2014 ص 221) وقد استخرجت الباحثة نوعين من الصدق وهي كالآتي:

1-الصدق الظاهري (Face validity)

هو ابسط الصدق وافضل طريقة لقياس الصدق الظاهري قامت الباحثة على عرض مقياس التحكم المجهد على مجموعة من المحكمين في مجال علم النفس والقياس والتقويم بتقدير مدى تمثيل فقرات المقياس للظاهرة المراد قياسها (عودة 2000 284) كما تم ذكره

ومن اجل التعرف على اراء المحكمين بشأن صلاحية الفقرات واجراء التعديل واعادة صياغة بعض الفقرات استخدمت الباحثة (مربع كأي) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة الحرية(2). فكانت القيمة المحسوبة لجميع الفقرات في المقياس اكبر من القيمة الجدولية والجدول (10) يبين نتائج مربع كأي لآراء المحكمين حول صلاحية الفقرات لأداة البحث

جدول(10)

نتائج (مربع كاي) لآراء المحكمين حول صلاحية الفقرات وانتمائها للابعد في اداة البحث

المجال	رقم الفقرة	صلاحية	غير صلاحية	قيمة كاي المحسوبة	الجدولية قيمة كاي	مستوى الدلالة
	1,7	19	1	16.2	3.841	دال
	3,5,6	17	3	9.8		دال
	2,4,8	15	5	5.0		دال
	14,15	17	3	9.8		دال

دال		7.2	4	16	9,10,13	
دال		5.0	5	15	11,12	
دال		16.2	1	19	17,18,20,	
دال		12.8	2	18	16,20,23	
دال		7.2	4	16	19,22,24	

2- مؤشرات صدق البناء (construct validity)

هو من السمات السيكو مترية وهو التي يعمل درجة الاختبار على قياس السمة او الظاهرة المصمم اساسا لقياسها اي ان فقرات المقياس تقيس السمة التي تقيسها الدرجة الكلية وهو يعتبر من اكثر انواع الصدق اهمية ولتحقيق ذلك اعتمدت الباحثة معامل ارتباط درجة المستجيب على كل فقرة من فقرات المقياس التي تدل على الاتساق الداخلي

3-معامل ثبات المقياس:

يقصد بالثبات هو صفة من الصفات التي يتصف بها المقياس الجيد ويقصد به قدرة الاختبار على قياس الدرجة الحقيقية وبأقل قدر من الاخطاء اي تكون علامة الاختبار متسقة وغير مختلفة من وقت الى اخر (الفرطوسي 2015 ص 217) ولحساب معامل الثبات استخدمت الباحثة طريقتين هما:

أ-طريقة الاختبار واعادة الاختبار:

لتقدير الثبات بهذه الطريقة هو تطبيق المقياس مرتين على عينة التي تكونت من (30) طالبة تم اختيارها بطريقة عشوائية من (اعدادية ام المؤمنين للبنات) وقد وضعت الباحثة علامة خاصة لكل استمارة لمعرفة المستجيبات وبعد مرور مدة اسبوعين تم اعادة الاختبار وهي مدة مناسبة حيث بلغ معامل الثبات (0.86) وهذه النتيجة تعد مؤشر جيد على استقرار الاجابات على المقياس وان الاستقرار العالي في معامل الثبات يعد مؤشرا جيدا في استقرار اجابات الطالبات عبر الزمن

ب-معامل ثبات الفا كرونباخ:

تم حساب ثبات الفا كرونباخ من خلال حساب الارتباط بين الدرجات لجميع فقرات المقياس اي من منطلق ان الفقرة تعتبر مقياس بحد ذاتها (عودة والخليلي 2000 ص 70)

وبلغ معامل الثبات بهذه الطريقة (0.821) باستخدام SPSS وجد ان المقياس يتمتع بثبات جيد

8-وصف المقياس بصورته النهائية:

يكون مقياس التحكم المجهد بصورته النهائية من (24) فقرة موزعة على ثلاث مجالات وهي (التركيز الانتباهي (8) فقرات -القدرة على تبديل الانتباه (7) فقرات -الانهماك (9) فقرة وببدائل (تتنطبق علي دائما-تتنطبق علي غالبا-تتنطبق علي احيانا- لا تتنطبق علي

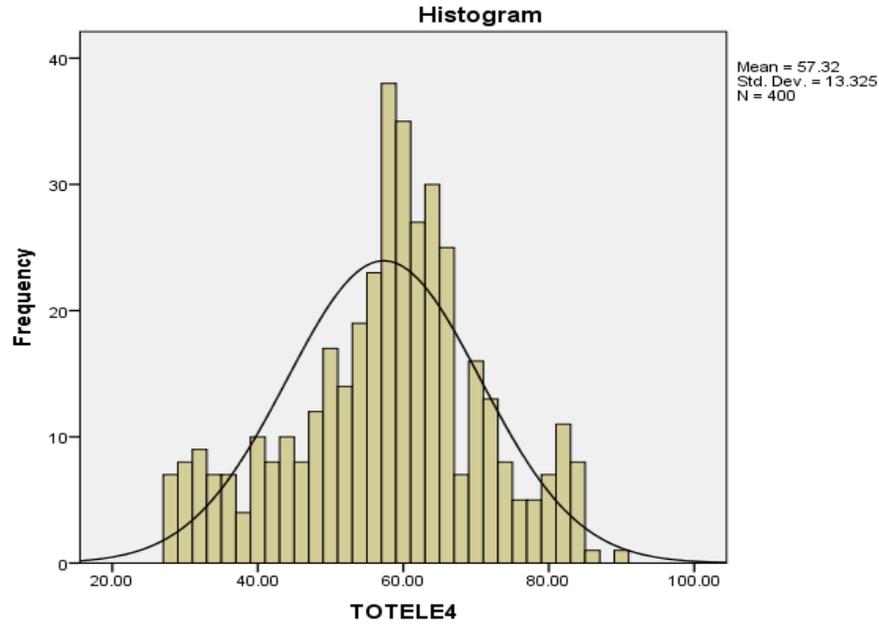
ابدا) وان المتوسط الفرضي للمقياس (60) درجة حيث كانت اعلى درجة للمستجيبات(90) واقل درجة(44) وتم الاعتماد على المدرج الرباعي ازاء كل فقرة من فقرات المقياس واعطيت لكل فقرة درجة تتراوح (4-1)اذ اعطيت الدرجة(4) للبدل (دائما) والدرجة(3) للبدل (غالبا)والدرجة(2) للبدل (احيانا) والدرجة (1) للبدل(ابدا) للفقرات الايجابية اما الفقرات السلبية فكانت العكس في الدرجات

ذ-المؤشرات الاحصائية لمقياس التحكم المجهد:

وللتأكد من توزيع افراد عينة التحليل الاحصائي توزيعا اعتداليا استخدمت الباحثة الحقيبة الاحصائية(spss) للتوصل للخصائص الاحصائية لمقياس التحكم المجهد جدول 11 يوضح ذلك

جدول(11) المؤشرات الاحصائية لمقياس التحكم المجهد

المؤشرات الاحصائية	درجات العينة
عدد العينة	400
Missing	0
الوسط الحسابي Mean	57.3200
الوسيط Median	58.0000
الانحراف المعياري Std-Deviation	13.32541
الخطا المعياري للوسط Std-Error of Mean	66627
النوال Mode	58.00
التباين Variance	177.567
الالتواء Skewness	-240
Std-Error of skewness	122
التقرطح Kurtosis	-189
الخطا المعياري للتقرطح Std-Error of kurtosis	243
المدى Range	62.00
اقل درجة Minimum	28.00
اعلى درجة Maximum	90.00
Sum	22928.00



الشكل (2) توزيع مجالات المقياس

الفصل الرابع

عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

عرض النتائج وتفسيرها

هدف البحث: هو التعرف على التحكم المجهد لدى طالبات المرحلة الإعدادية

من اجل التعرف على التحكم المجهد لدى طالبات المرحلة الإعدادية قامت الباحثة بتوزيع مقياس التحكم المجهد المتكون من (24) فقرة على (400) طالبة وقد تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات افراد العينة في التحكم المجهد , لاجل مقارنتها بالمتوسط النظري للاختبار وقد تم استخدام الاختبار التائي لعينة واحدة للتعرف على دلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط النظري حيث ان افراد العينة لديهم تحكم مجهد لان الفرق الحقيقي غير ناجم عن صدفة , لصالح المتوسط الحسابي للعينة وكانت النتيجة كما موضح في الجدول (12)

جدول (12)

نتائج الاختبار التائي للتعرف على مستوى التحكم المجهد لدى العينة

مستوى الدلالة	درجة الحرية	القيمة التائية		الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العينة
		الجدولية	المحسوبة				
0.05	399	1.96	4.022	60	13.325	57.320	400

القيمة التائية الجدولية-(1,96) عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية(399)-

وبما ان القيمة المحسوبة (4.022) اكبر من الجدولية(1.96) يعني ذلك بأن افراد عينة البحث ليس لديهم تحكم مجهد وقد يكون هذا سببه الافكار غير العقلانية والتفكير السلبي والذي ينعكس سلبا على علاقاتهم الاجتماعية وقدرتهم على التفاعل السليم وبالتالي رؤية الامور بشكل سليم واتخاذ قرار صائب وحسن الاختيار في الحياة

التوصيات

في ضل ماتوصل اليه البحث الحالي من نتائج توصي الباحثة بما يلي:

-الافادة من قبل الاعداد والتدريب من مقياس المطروح في البحث الحالي في المدارس لمعرفة مدى للتحكم المجهد لدى طالبات المراحل الاعدادية

-على المرشحات الاخذ بالمقياس المطروح ضمن البحث الحالي من اجل الكشف عن صفات ومتغيرات اخرى في الشخصية

المقترحات

-اجراء البحوث لمعرفة التحكم المجهد لدى طالبات المرحلة الاعدادية ضمن مراحل دراسية مختلفة مثل الدراسة المتوسطة او الدراسة الجامعية



التحكم المجهد لدى طالبات المرحلة الاعدادية

معلومات الباحثين وعناوينهم

رئاسة جامعة ديالى / 01صالح مهدي صالح

انعام اسماعيل محمد /

ps.hum@uodiyala.edu.iq / Dr.salihbaquba@yahoo.com
79

Keyword الكلمات المفتاحية: التحكم المجهد - ملئ الفراغ
d

المخلص

يهدف البحث الحالي التعرف على التحكم المجهد لدى طالبات المرحلة الاعدادية ولغرض تحقيق هدف البحث استخدمت الباحثة المنهج الوصفي ولغرض اجراء التحليل الاحصائي لمقياس التحكم المجهد قامت الباحثة باختيار عينة مكونة من (400) طالبة من طالبات المرحلة الاعدادية وقد تم اختيار العينة بطريقة عشوائية من المدارس الاعدادية في مركز قضاء بعقوبة وقامت الباحثة ببناء مقياس التحكم المجهد واستخراج الخصائص السايكومترية للمقياس واستخدام المؤشرات الاحصائية , وتوصلت الباحثة الى النتائج منها ان طالبات المرحلة الاعدادية لديهن تحكم مجهد وفي ضل ما توصل اليه البحث من نتائج اوصت الباحثة بمجموعة من التوصيات والمقترحات

هذه مقالة وصول مفتوح بموجب ترخيص

CC BY 4.0

(http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)



Behavior Therapy and
Experimental
psychiatry,36(226_239

- Barber B (1997) Adolescent socialization in context_the role of connection,regulation,and autonomy in the family .Journal of Adolescent Research,12:5_11
- Boss .D.M,(2005),The murderer next door:Why the mind is designed to kill.New yourk,penguin
- Derryberry,D&Rothbart.M.K(1997)Reactive and effortul processes in the organization of temperament .Development and psychopathology,9,633_652

العربية

- الريماوي,عمر طالب(2017) بناء وتصميم الاختبارات والمقاييس النفسية والتربوية,ط1,دار النشر والتوزيع
- العساف,صالح بن حمد(1995),المدخل الى البحث في العلوم السلوكية,دار المعارف العامة,مكتبة العبيكان
- النعيمي,مهنا عبد الستار(2014) القياس النفسي في التربية وعلم النفس,ط1,المطبعة المركزية,جامعة ديالى-العراق
- ابن منظور(1993) تهذيب لسان العرب ,دار الكتب العلمية,لبنان
- زهران ,حامد (1977) علم النفس التربوي الاجتماعي,عالم الكتب,القاهرة
- زغلول,رافع النصير(2003),علم النفس المعرفي,دار الشروق,عمان

الاجنبية:

- Andersson N ,ledogar RJ(2008).The ciet aboriginal youth resilience studies:14 years of capacity building and methods development in Canada.pimatisiwin:journal of Aboriginal and indigenous community health,6,65_88.
- Arntz,A. Klokman.j.&Sieswerda,S,(2005)A n experimental test of the schema mode model of borderline personality disorder.journal of