

التحكم الذاتي لدى المرشدين والمرشدات
The Self-Control A Mania Guides And Girl Scout

Dr.samiaa ALI Hasan

المدرس الدكتورة سميرة علي حسن

Diyala University

جامعة ديالى

كلية التربية للعلوم الإنسانية college of Education for Human Science

مستخلص البحث باللغة العربية

إن دراسة متغير التحكم الذاتي لدى المعلمين والمعلمات يعد بمثابة الحصن النفسي الواقي لهم من العديد من الانحرافات السلوكية والاضطرابات النفسية ويجنبهم الوقوع تحت تأثير المواقف والحالات السلبية خاصة في مجال التعليم والتحصيل الدراسي لأنه يؤدي إلى العمليات التي تنشط الإدراكات المعرفية ، والسلوكية ، والتأثيرات الموجهة بانتظام نحو الحصول على الهدف . يهدف البحث الحالي :-

١- قياس التحكم الذاتي لدى المرشدين والمرشدات .

٢- معرفة دلالة الفروق في التحكم الذاتي على وفق متغير النوع (ذكور- إناث)

ويقتصر البحث الحالي على المرشدين التربويين في مدينة بغداد وبعقوبة .

وبعد جمع البيانات ومعالجتها إحصائياً باستعمال الوسائل الإحصائية توصلت

الباحثة الى عدد من التوصيات والمقترحات النتائج .

مشكلة البحث

تعد تنمية التحكم الذاتي لدى الأفراد بمثابة الحصن النفسي الواقي من الانحرافات السلوكية والاضطرابات النفسية وكذلك من سهولة الوقوع تحت تأثير المواقف والحالات السلبية وهذا ما توصلت إليه دراسة زاخاروفا (Sakharov , ١٩٩٠) التي أظهرت إن التحكم الذاتي يعد تكويناً منظماً (Systematic Formation) وبُنية شخصية (Personality Structure) يرتبطان بتقويم الذات للإنجاز ، وتقدير الذات وضبط السلوك العدوانية ، والضبط الانفعالي ، ودراسة كرال (Kral , ١٩٨٩) التي بينت

العلاقة بين ضبط الذات والحمية ، ودراسة سميث وآخرون , (Smith & Others ١٩٨٧) التأثير التحكم الذاتي في مجال التعليم والتحصيل الدراسي مقارنة بطلبة المدارس النموذجية ، ودراسة نيست وآخرون (١٩٩٩ , Nist & Others) التي تناولت إيجابية التحكم الذاتي برفع مستوى التحصيل الدراسي للطلبة. وقد توصلت هذه الدراسات جميعاً في نتائجها إن إحدى معالم التوافق النفسي الجيد هو قدرة الفرد على التحكم بسلوكه وبيئته وأفكاره ومشاعره مما ينعكس ذلك في قدرته على التعامل مع ضغوط الحياة المختلفة) الألو سي ، : ٢٠٠١ ص .(لذا فإن الاهتمام بالمرشدين والمرشدين أصبح من الضرورات التي تحتاج إلى معالجات لأنهم يواجهون ضغوطاً وصراعات تعود إلى ظروف المجتمع الذي يعيشون فيه والذي يؤثر على حياتهم ويؤثر بشكل سلبي على شخصياتهم ، ونموهم المهني وأدائهم وقد يواجه المرشدون والمرشدين صعوبة في تنظيم سلوكهم وربما ينتج عن هذا الأمر بعض أشكال الاضطرابات في الشخصية والمشاكل النفسية ومن ثم أظهر الفشل في التحكم لسلوك معين مما يولد الشعور بالاكتئاب والقلق الاجتماعي وهذا بدوره يولد مشاكل نفسية واجتماعية جمة وحالات من سوء التكيف والاندفاع ومسايرة الذات والأهواء الآنية. فقد كشفت دراسة المرشدي (٢٠٠) عن ان المرشد التربوي يتصف بمواصفات من ثلاثة جوانب. هي جانب شخصي، وجانب اكايمي، وجانب مهني. وفيما يخص الجانب الشخصي فعلى المرشد ان يكون متوافقاً نفسياً ويمكن ان يستغل تخصصه في زيادة هذا التوافق ويشعر بجودة الحياة من اجل ان يهتم بالآخرين ويستطيع تقديم خدماته واداء عمله على نحو افضل (المرشدي والسهل، ٢٠٠، ص (١٠٧) وتبرز مشكلة البحث الحالي في ضوء المشكلات التي تعترض العملية التربوية وهي اعداد المرشدين والمرشدين الأكفاء القادرين والمسيطرين على انفعالاتهم وسلوكهم وتصرفاتهم في المواقف المختلفة من خلال القدرة على حل الأزمات

وإيجاد الحلول البديلة والسريعة من خلال التحكم بذاتهم أو ضبط أنفسهم وتحقيق الانجازات الشخصية لمصلحتهم ومصلحة الآخرين. ومن خلال ما تقدم فإن مشكلة البحث الحالي تتلخص بالكشف عن درجات التحكم الذاتي للمرشدين والمرشدين. التي إذا أغفلنا عنها تسبب مشكلات اجتماعية ونفسية وتربوية وغيرها والتي تؤثر على

الأداء التربوي وبالتالي تضعنا أمام مهمة صعبة في معالجة الكثير من المتطلبات المرتبطة بالمدارس..

أهمية البحث

وتكمن هذه الأهمية في كون أن وظيفة المرشد ليس فقط إمداد التلاميذ بالمعارف والمفاهيم والحقائق العلمية مثلما كان ينظر إليه في الماضي ، بل أصبحت وظيفة المرشد تركيبية تربوية شاملة لها تسلسلها ومنطقها وشروطها لتساهم في تنمية جميع جوانب التلميذ المعرفية والعقلية والنفسية والاجتماعية وبذلك لا يجب الاعتماد على الإعداد الأكاديمي للمعلم فحسب ، بل يجب أن يكون له أساس تربوي ومهني وثقافي . (بول، ب.ت : ص .^{١٦} ولعل من أهم المحاور التي تركز عليها مهنة المرشد هي توافر الرغبة ، والميل ، والاستعداد لمهنة التعليم ، فتوافر هذه النواحي تجعل المرشدين والمرشحات قادرين على الأداء الجيد واكتساب قوة الشخصية كالنطق السليم ، وسرعة البديهة ، وضبط الذات . فالفرد إن فهم ذاته أمكنه السيطرة عليها وضبطها وتوجيهها توجيهاً صحيحاً فيتمكن من صياغة الأهداف والتغلب على الصعوبات من خلال وعيه بسلوكه . وأن الفرد الناجح هو الذي يتمتع بتحكم عالٍ وباستقلالية تامة لا تقبل ما هو شائع من دون نقد أو تمحيص) الفتاح، :١٩٨٥ ص .^{٣٧} وتري هورني (Horny) التحكم الذاتي كقوة كامنة للاحتفاظ بالاندفاعات المتصارعة تحت السيطرة كي لا تجعل المشاعر تتجرف تحت تأثير الصراع) هورني ،:١٩٨٨ ص.^{٩٤} ويبين بانديورا و وولتر (Bandora & Walter, ١٩٦٣) إن التحكم الذاتي عملية كف الاستجابة ينجم منها تعزيز الذات ، وأن عملية كف الاستجابة وعدم كفها بدرجة كبيرة بالنماذج المؤثرة ، أي إن الشخصيات ذات الشأن والمكانة التي يلاحظها الفرد ويتأثر بها ويتعلم منها منذ الطفولة . (Bandora & Walter , ١٩٦٣ : p.٢٢٠) ويقيس مفهوم التحكم الذاتي الفروق الفردية بين الأفراد في عملية اتخاذ القرارات وفي كيفية التصرف في المواقف الاجتماعية من قبل كل فرد . (Wegner&Vallacher, ١٩٨٠: p.٢٤٤) وتبرز أهمية التحكم الذاتي بصورة فعالة في مجال التعليم والتحصيل الدراسي ، حيث أشارت دراسات متعددة إلى وجود علاقة بين التحكم الذاتي والتحصيل والتكيف الدراسي لدى

فئات مختلفة من تلامذة وطلبة المدارس ، فقد أشارت دراسة) الشثيوي ، (٢٠٠٥ وازدادت أهمية التحكم الذاتي للتعلم لأنه يؤدي إلى العمليات التي تنشط الإدراكات المعرفية والسلوكية والتأثيرات الموجهة بانتظام نحو الحصول على الهدف وتعمل على صياغتها (Schunk, ١٩٨٩: p.١٠٠). وقد بينت دراسة رودولف وزملائه (Rudolf & et.al: ١٩٩٥) إن التحكم الذاتي هو إحدى المحكات البنوية الأساسية في بنية الذات بعلاقتها مع الآخرين) الجنابي، :٢٠٠٦ ص .(وقد أظهرت الدراسات أن بؤادر التحكم الذاتي في الانجازات المعرفية تبدأ بالظهور في السنة الثانية لدى الأطفال ، والغرض أن يسلك الأطفال سلوكاً مسيطراً عليه ذاتياً ، وينبغي أن يكون لديهم القدرة

على التفكير بأنفسهم على إنهم أفراد مستقلون يستطيعون توجيه نشاطاتهم وتطبيقها على سلوكهم ، وعند نضج هذه القدرات تظهر أول مؤشرات التحكم الذاتي على شكل طاعة في السنة الثانية أي ما بين (١٢) و (١٨) شهراً ، إذ يبدأ الأطفال بإظهار أدراك واضح لرغبات مربيهم وتوقعاتهم ويمكن أن يطيعوا بشكل طوعي طلبات وأوامر بسيطة (Berk, ١٩٩٧: p.٤٨٦). فالفرد السوي هو الذي يستطيع التحكم في رغباته ، ويكون قادراً على إرجاء إشباع بعض حاجاته ، فهو لديه القدرة على التحكم بذاته ، وعلى إدراك عواقب الأمور ، إذ يستحضر في ذهنه جميع النتائج التي يحتمل أن تترتب على أفعاله في عواقب الأمور ، إذ يستحضر في ذهنه جميع النتائج التي يحتمل أن تترتب على أفعاله في المستقبل ، وعلى هذا الأساس يستطيع أن يبني سلوكه وتصرفاته تبعاً لخطة يضعها هو ، خطة يرسمها على أساس ما يتوقعه من نجاح وتوفيق لأفعاله في المستقبل البعيد . أن مثل هذا الفرد يستطيع أن يستمد قدرته على الضبط والتحكم في سلوكه من تقديره للأمور تقديراً مبنياً على موازنة النتائج وتمحيصها (فهمي ، : ١٩٧٦ ص .) (٥٢-٥٠ ويذكر) الشناوي ، (١٩٩٦ أنه هناك نوعان من التحكم الذاتي على أساس طول المدة التي تتطلبها هذه العملية ، فالنوع الأول هو التحكم الذاتي المتصل باتخاذ القرار إذ نجد إن الفرد يواجه الاختيار بين الهروب من الموقف المضايق له وبين الإقدام على الموقف والذي يكون نتائج أفضل على المدى البعيد ، أما النوع الثاني هو مقاومته للتردد أو يكون هناك تحمل للألم لمدة طويلة يمكن خلالها

إعادة تقويم الاستجابات بصورة مستمرة) الشناوي ، : ١٩٩٦ ص. (٢٩) وقد أشارت الدراسات السابقة إلى إن قدرة الفرد على التحكم بأفعاله الخاصة والسيطرة عليها تكون إلى حد كبير هي الدالة على معرفته وسيطرته على العوامل الوضعية الجارية ، وهذا يعني إن مهارة التحكم الذاتي تكون متصلة وبشكل قوي بقدرة الفرد على تمييز الأنماط والأسباب التي تؤثر في السلوكيات لتكون منظمة , (Mahone & Thoreson , p.٩: ١٩٧٤) ويعد التحكم الذاتي من الأساليب الإجرائية السلوكية التي تُعد اقتصادية إذ إنها توفر الوقت والجهد على الفرد ، ولأن الفرد نفسه مسؤول عن تطبيق مثل هذه الإجراءات لتحكم سلوكياته بها ، ولأن هذا الإجراء ينبع من رغبة الفرد الشخصية في مراقبة ذاته والتحكم في سلوكياته غير الظاهرة مثل سلوكيات الوسواس القهري خاصة المتعلقة بالأفكار لأن هذا الإجراء لا يضمن أحكاماً قيمة نحو) : جيد ، غير جيد (على الفرد من الآخرين) العزة والهادي ، : ٢٠٠١ ص .. (١٠) ومما تقدم فإن المرشدين والمرشدين من الشرائح المهمة في المجتمع التي يقابلها التلاميذ في حياتهم ويتأثرون بها ، وكثيراً ما يتقصص بعض التلاميذ شخصية المرشد ، فالمرشد الذي يشعر بالاستقرار عادة ما ينقل هذا الإحساس لتلاميذه ، فيكسبهم الاتجاهات الموجبة نحوه بعكس المرشد القلق المضطرب . والمرشد الناجح لا يقتصر بعمله على تزويد تلاميذه بالمعلومات والخبرات المعرفية فقط ، وإنما يعد نفسه مسؤولاً عن تحقيق مستوى مرتفع من التوافق النفسي والاجتماعي كي يساعدهم على الدراسة والإيفاء بمتطلبات العمل المدرسي) الخالدي ، : ٢٠٠١ ص . (١١) ويكتسب البحث الحالي أهمية أخرى من كونه يجري على المرشدين والمرشيدات وتبرز هذه الأهمية من تناوله لشريحة مهمة وفعالة ومؤثرة في العملية التربوية حيث تقع على عاتقهم مسؤولية الإسهام في بناء المجتمع الذي يتطلبه العصر وبالتالي يجب إعدادهم بصورة مثالية والكشف عن سلبياتهم وإيجابياتهم من أجل أعداد مرشد معاصر يختلف إلى درجة كبيرة عن المعلم الحالي في المدارس

أهداف البحث

يهدف البحث الحالي :-

١ - قياس التحكم الذاتي لدى المرشدين والمرشيدات.

٢- معرفة دلالة الفروق في التحكم الذاتي على وفق متغير النوع) ذكور – إناث (

حدود البحث

يقتصر البحث الحالي على المرشدين التربويين في مدينة بغداد ويعقوبة

تحديد المصطلحات

التحكم الذاتي Self Control

١- تُعرف موسوعة علم النفس (١٩٧٧) التحكم الذاتي بأنه " :- السيطرة التي يمارسها الفرد على مشاعره ودوافعه وأفعاله بحيث يكون قادراً على التحكم بها وتوجيهها وفقاً لأرادته كما يتسنى له أن يدرس عواقبها ويتحسب للمضاعفات التي قد تنجم عنها " (رزوق ، ١٩٧٧ ، ص.٣٩)

٢- ويعرفه روجرز (١٩٨٦) بأنه " :- قدرة الفرد على التحكم شعورياً وعقلانياً في ذاته وأن يتحول من الأساليب غير المرغوبة في التفكير والسلوك إلى أساليب مرغوبة . " (روجرز ، : ١٩٨٦ ص١٩)

٣- أما مصطفى (١٩٩٨) فيعرفه بأنه " :- عملية السيطرة على الاستجابة السلوكية والمعرفية والانفعالية في مواقف مختلفة ومتباينة ينجم عنها تعزيز إيجابي للذات " (مصطفى ، : ١٩٩٨ ص.٣٤)

مما تقدم من تعريفات فقد تبنت الباحثة تعريف) شلال (٢٠١١) , للتحكم الذاتي على أنه قدرة ذاتية يمتلكها الفرد وكفاءة تمكنه السيطرة على مشاعره وأفعاله وأقواله وتوجيهها وفقاً لإرادته بغية تحقيق أهداف مرغوبة له ولمجتمعه وذلك من خلاله ينظم ذاته في المواقف المختلفة وفرض الذات على تأجيل الإشباع ويتحول من الأساليب غير المرغوبة في التفكير والسلوك إلى الأساليب المرغوبة.

أما التعريف الإجرائي للتحكم الذاتي فإنه " :- الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من المعلمين والمعلمات على فقرات مقياس التحكم الذاتي الذي أعدته الباحثة في بحثها الحالي. "

تعريف المرشد التربوي :-

تعريف وزارة التربية (١٩٨٣)

هو أحد أعضاء الهيئة التدريسية المؤهل لدراسة مشكلات الطلاب التربوية والصحية والسلوكية من خلال جمع المعلومات التي تتعلق بهذه المشكلات سواء كانت هذه المعلومات متصلة بالطالب نفسه أو بالبيئة المحيطة به لغرض تبصيره بمشكلاته ومساعدته على أن يفكر في الحلول المناسبة لهذه المشكلة والمشكلات التي يعاني منها لاختيار الحل المناسب الذي يرتضيه لنفسه). وزارة التربية. ١٩٨٣، ص (٥١٣)

ومن النظريات التي فسرت التحكم الذاتي هي:-

١- الاتجاه السيبرنيتي. (Theory Cybernetic Direction).

كان (Wiener ١٩٤٨) أول من لاحظ الشبه بين التحكم الإنساني والتحكم الآلي، واستعمل كلمة) سيبرنيتي (لوصف هذه العلاقة، وقد أخذت كلمة سيبرنيتي (Cybernetic) من الكلمة اليونانية (Kybernetes) ومعناها الرجل المتحكم في الآلة وحركتها، ولقد نشر (Wiener) أول بحث عن هذا الموضوع سنة (١٩٤٨) ومنذ ذلك الوقت كثر البحث في موضوع التحكم الإنساني الذاتي بواسطة) التغذية الراجعة) (الغريب،: ١٩٦٧ ص. ٣٨٤)

أما (Smith ١٩٦٦) فيشير إلى الفرض الأساسي لأصحاب هذه النظرية هي أن الإنسان يملك جهازا للتحكم الذاتي ولكنه يختلف عن التحكم الذاتي في الآلات في انه مرن وقادر على تغيير أنماط التحكم الذاتي. ويمكننا أن نقول إن أهم الخصائص لهذا الجهاز الإنساني ذات التحكم الذاتي تتلخص فيما يأتي:-

١. انه قادر على أن يبعث في نفسه الاستثارة وان يوجه حركاته بنفسه.
٢. يستطيع هذا الجهاز أن يبين الفروق بين الحركات ذاتية المصدر وبين أهداف معينة يسعى الفرد إلى الحصول عليها ، فيعدل طريقه حتى يحصل على الهدف.
٣. إن عملية التنظيم وإعادة توجيه السلوك في الاتجاه المطلوب تتم بواسطة التغذية الراجعة.

٤. إن عملية التكامل بين أجهزة الاستقبال) الحواس وغيرها (وبين مكونات الاستجابة المتعددة الأبعاد يمكن أن تتحقق بواسطة عملية التغذية الراجعة الحسية.

٥. تتخصص أنماط التحكم الذاتي في ضوء الخصائص الزمنية والمكانية والعضلية للتغذية الراجعة.

٦. إن كفاية الأداء ما هي إلا مظاهر لمستوى ودرجة تعقيد حلقة مغلقة للتحكم الناتج من التغذية الراجعة التي يستطيع الفرد أن يحتفظ بها لتوجيه سلوكه.

٧. إن تصميم البحث في سلوك يجب أن يبنى على أساس بحث أبعاد التحكم الناتج عن التغذية الراجعة ، أي على أساس تحليل كيف أن التغيير في الخصائص المختلفة لمثيرات التغذية الراجعة يؤثر في كفاية الأداء ، ويؤثر في مجرى التعلم أيضا. (Smith, ١٩٦٦: p.٣٥٤)

- ٢ نظرية فرويد (Frued Theory)

استعمل فرويد فكرة الأنا بصفقتها بنية العمليات العقلية الثانوية أو التفكير المنطقي الواقعي محكوم بما هو مدرك في البيئة حول الفرد ، والأنا من خلال هذه العملية الثانوية تختار بوعي ما تريد ثم تحاول تنفيذ ذلك في الواقع لتختبر مدى هذه العملية (الثانوية على الإشباع) داود والعبدي ، : ١٩٩٠ ص .^{٨٨}

ومن وظائف الأنا :التحكم الذاتي ، وتحمل التوتر، وتأجيل الإشباع (Karoly&Kanfer, ١٩٨٢ :p.p. ٦-٧).

- ٣ نظرية روجرز. (Rogers Theory)

يعتقد روجرز إن الإنسان يستطيع أن يتحكم شعورياً وعقلانياً في ذاته وان يتحول من الأساليب غير المرغوبة في التفكير والسلوك إلى الأساليب المرغوبة وهو لا يعتقد إن الأفراد يتحكمون بقوى لاشعورية بذاتهم ذلك إن الشخصية في نظره تُشكل بأحداث الحاضر وبرؤيتها لهذه الأحداث) ربيع ، : ١٩٨٦ ص.^{٤٤٨}

- ٤ نظرية سكنر. (Skinner Theory)

يعدّ التحكم الذاتي أو ما يطلق عليه الإدارة الذاتية (Self-management) أحيانا من أحدث التطبيقات لوجهات النظر السلوكية للتعلم ، ويهدف التحكم الذاتي إلى مساعدة الطلبة في اكتساب سيطرة لتعلمهم الذاتي (Manninge, ١٩٩٠:p.٥)

(Zmmerman, ١٩٩٠:p.p. ٣-١٨)

وقد شرح سكنر (Skinner) التحكم الذاتي بلغة إفراط التعزيز ، بدلاً من كونه شعوراً أو وعياً داخلياً (عبد الرحمن ، : ١٩٩٨ ص (٥٥^٨، إذ يرى إن تحكم السلوك يتم باختيار المعززة ، وتحديد سرعة تعزيزها يوضح جداول تعزيزية على أساس حقب زمنية أو على أساس عدد من الاستجابات ، وهذا يعني إن سلوك الإنسان محكوم بطبيعة التعزيزات التي يواجهها . ويقود هذا إلى استنتاج إن الإنسان لا يختلف كثيراً عن الماكينة (الآلة) فهو محكوم بالسيطرة عليه بدءاً من العائلة وانتهاءً بالدولة) . صالح ، : ١٩٨٨ ص (٢٢٢) .

وقد وصف سكنر تعلم الأشخاص للتحكم الذاتي عن طريق تعلم إزالة الإغراءات مادياً وعقلياً ، وبهذا يؤكد هذا المدخل إن المرء قد يقاوم بشكل فعال الإغراءات عن طريق الاشتراك في نشاطات (بشكل صريح أو مضمّر) تمنع المرء من الاهتمام بها . (Ebbeseon & Zeiss, ١٩٧٢: p.٢١٤)

ويؤكد (سكنر) أهمية التحكم الذاتي في تشكيل السلوك هو التعزيز) العاني ، : ١٩٨٩ ص (٧٥) .

٥- النظرية المعرفية والتعلم الاجتماعي cognition and Social learning theory)).

فنظرية التعلم الاجتماعي المعرفي تنظر إلى الإنسان على انه ظاهرة معقدة يمكن التنبؤ بها بكفاءة على أساس التفاعل الحتمي المتبادل (Reciprocal Determinism)، بين التكوين البيولوجي للإنسان وعملياته النفسية الداخلية وبين البيئة التي يعيش فيها ، وترى انه لا يجب النظر إلى الإنسان وكأنه نتاج سلبي لبيئته ولكنه مساهم نشط في عملياتها الجارية ، فهو قادر على التأثير في الكثير من العوامل التي تؤثر في سلوكه) صالح : ١٩٩٧ ، ص (٢٠٠) ، وبمعنى آخر فان باندورا استخدم هذا المفهوم ليصف الطريقة التي يتفاعل بها السلوك والفرد والبيئة ، فالبيئة تؤثر في سلوك الفرد ، والفرد بما لديه من عوامل معرفية يؤثر ويغير في البيئة ، وكذلك فان العوامل المعرفية للفرد تؤثر فيه وتتأثر به) أبو غزال ،

: ٢٠٠٦ ص (٢٠) وتعد الفعالية الذاتية احد مفاهيم باندورا في سياق عرضه لدور العوامل الاجتماعية المعرفية في التعلم وما يحدث فيما بينها من تفاعل ، إذ يقصد

بمفهوم الفعالية الذاتية اعتقادات الفرد الافتراضية حول القدرات والمهارات التي يمتلكها ، أو هي أحكام عامة يطلقها الفرد على ما يمتلك من قدرات ، فنحن عندما ننشغل بتحكم سلوكنا نقوم بالتأمل في أنفسنا ، ونقوم قدراتنا ومن ثم نتوصل إلى أحكام وتقويمات تعكس هذا الشعور بالفعالية الذاتية ، وعلى الرغم من إن مفهوم الفعالية الذاتية وثيق الصلة بمفهوم مركز التحكم (Locus of Control) ، إلا إن مفهوم مركز التحكم يشير إلى العلاقة التي يدركها الفرد بين أعماله والنواتج التي تترتب على هذه الأعمال في حياته ، أما مفهوم الفعالية الذاتية التي تدخل ضمن مفهوم التحكم الذاتي فإنها تتضمن قناعة الفرد بمدى وجود القدرة لديه على أداء سلوكيات معينة (حمدي ، : ٢٠٠٠ ص.٤٥)

مناقشة نظريات التحكم الذاتي.

إن النظرية في العلوم النفسية نتاج ذاتي لمفكر معين ولا شك إن للعوامل الثقافية والاجتماعية التي تؤثر به الدور الرئيس لتكوين النظرية وهكذا يختلف واضعو النظريات تبعاً لاختلاف خلفياتهم وأطرهم الثقافية والاجتماعية وتبعاً لذلك يختلف ما يقدمونه من نظريات وآراء. ومما تقدم من هذا الفصل نجد إن معظم النظريات التي تناولت تفسير التحكم الذاتي تجسد هذا الاختلاف والتباين في الاتجاهات التفسيرية عن طريق تأكيد بعضها على إن التحكم الذاتي يعد تكويناً منظماً وبنية شخصية يرتبطان بتقويم الذات للانجاز وضبط السلوك العدواني والانفعالي وهو أحد الممتلكات البنيوية الأساسية في بنية الذات بعلاقتها مع الآخرين كما جاء في نظرية) روجرز (والتي تبنتها الباحثة في بحثها الحالي ، في حين يرى) فرويد (في نظريته إن مساحة التحكم الذاتي تتوزع لدى الفرد وينمو الجانب الأخلاقي من الشخصية في سن مبكر ، بينما يرى)باندورا (إن العوامل الاجتماعية لاسيما التنشئة الاجتماعية ومعاملة الوالدين تؤدي دوراً مهماً وحيوياً في تنمية التحكم الذاتي لدى الأبناء، إذ هم يمثلون أولى النماذج التي يقتدي بها الأبناء ويستقون منهم أولى بوادر عملية التحكم الذاتي ، وأما نظرية) سكر (فقد بينت أن البيئة المادية لأغلب الناس هي من صنع الإنسان ، وإن الفرد يستطيع أن يضبط نفسه عن طريق استغلاله للمجتمع الذي يعيش فيه.

دراسات سابقة:

ودراسة الهنداوي (٢٠٠٣) اثر تدريس إستراتيجيات ما وراء المعرفة في التنظيم الذاتي للتعلم بحسب الذكاء والجنس عند طلبة معاهد إعداد المعلمين (التي رمت إلى تعرف أثر تدريس إستراتيجيات ما وراء المعرفة في التنظيم الذاتي للتعلم بحسب الذكاء عند طلبة معاهد إعداد المعلمين وقد استعملت الباحثة التصميم التجريبي ذا المجموعتين التجريبية والضابطة العشوائيين الاختيار وذاتي الاختبارين القبلي والبعدي منهجاً لبحثها تكونت عينة البحث من (١٤٧) طالبا وطالبة اختيرت عشوائيا من معهد إعداد المعلمين أعدت الباحثة مقياسا للتنظيم الذاتي للتعلم مكونا من (٣٤)فقرة ، لتحقيق أهداف البحث ، وبعد تحليل إحصائيا باستخدام تحليل التباين الثلاثي والاختبار التائي لعينتين مترابطين وعينتين مستقلتين . أظهرت نتائج البحث وجود اثر دال إحصائيا للبرنامج التدريسي لإستراتيجيات ما وراء المعرفة في تنظيم الذاتي للتعلم بين المجموعتين التجريبية والضابطة ولمصلحة المجموعة التجريبية . وجود فرق دال إحصائيا في التنظيم الذاتي بين أفراد المجموعة التجريبية مستويات الذكاء المتوسط لمصلحة مستوى الذكاء المتوسط (الهنداوي ، : ٢٠٠٣ ص.١٣٤-١٢٠)

وهدفت دراسة الخفاجي (٢٠٠٢) بعنوان (بناء مقياس التحكم الذاتي لدى طلبة جامعة بغداد (إلى بناء مقياس التحكم الذاتي لدى طلبة جامعة بغداد ، وتألفت عينة البحث من (٤٠٠) طالب وطالبة من جامعة بغداد ، اختيرت بأسلوب المرحلي العشوائيين والصفوف الأولى لفرعي احدهما التخصص العلمي والآخر الإنساني ، بلغت عدد فقرات المقياس المعد (٣٨) فقره ، استعملت الباحثة الوسائل الإحصائية (اختبار مربع كاي ، معامل لارتباط الثنائي الأصيل ، معامل ارتباط بيرسون ، معامل هويت (Hoyt)، معامل الخطأ المعياري

للمقياس (وتوصلت الدراسة إلى إمكانية استعمال مقياس التحكم الذاتي للكشف عن ذوي التحكم الذاتي الواطئ) (الخفاجي ، : ٢٠٠٢ ص٧٩-٥٨)

بينما هدفت دراسة شبيب و شبيب (٢٠٠٠) علاقة توجهات المعلمين نحو دعم التحكم مقابل الاستقلال الذاتي كما يدركها الطلاب من الجنسين بالتنظيم الذاتي

لديهم (التعرف على علاقة توجهات المعلمين نحو دعم التحكم مقابل الاستقلال الذاتي كما يدركها الطلاب من الجنسين بالتنظيم الذاتي لديهم وشملت العينة (٢٠٠) من طلبة وطالبات الصف الثاني الثانوي منهم (١٠٠) ذكور، (١٠٠) إناث، واستعمل اختبار توجهات المعلمين نحو دعم التحكم مقابل الاستقلال الذاتي وقد أظهرت النتائج وجود ارتباط بين بعض الأساليب المدروسة لتوجهات المعلمين نحو دعم أسلوب التحكم مقابل الاستقلال الذاتي كما يدركها الطلبة والطالبات بالتنظيم الذاتي لديهم، كما ظهر أن أسلوب الاستقلال الذاتي المعتدل الذي تدعمه المعلمات مع تلميذاتهن أفضل أسلوب من الأساليب الأخرى في التنبؤ بالتنظيم الذاتي (شبيب وشبيب، : ٢٠٠٠ ص. ٧٥).

إجراءات البحث :

يتضمن هذا الفصل أهم إجراءات البحث من حيث تحديد مجتمع البحث وكيفية اختيار عينته وحجمها ، وأهم الخطوات لاعداد أدوات البحث والتحليل الاحصائي -مجتمع البحث وعينته :

يتضمن مجتمع البحث الحالي مرشحات المرحلة الثانوية والاعدادية والمتوسطة المدارس التابعة للمديرية العامة لتربية الرصافة الاولى في مدينة بغداد وتربية ديالى.بواقع (٢٩٠)مرشداً ومرشدة تربوية لتربية ديالى (١٣٤)ذكوراً و (١٥٦)اناثاً و(٢٢٧)مرشداً ومرشدة لتربية بغداد(٩٦)ذكور و(١٣١)اناث.المجموع(٥١٧)مرشدا ومرشدة .للعام الدراسي .(٢٠١٠-٢٠٠٩)والبالغ عددهن(٢٠٠)مرشدة ومرشد بواقع (١٠٠)مرشد و(١٠٠)مرشدة وكما موضح في الجدول الاتي ..

جدول (١)

توزيع العينة بحسب النوع

العدد	المهنة
-------	--------

١٠٠	المرشدين
١٠٠	المرشدات
٢٠٠	المجموع

اداة البحث:

تطلب البحث الحالي اداة لقياس التحكم الذاتي
أداة قياس) التحكم الذاتي

بعد اطلاع الباحثة على الادبيات والدراسات السابقة ذات الصلة بموضوع التحكم الذاتي وجد من الافضل استخدام مقياس) شلال (٢٠١١, و الذي يتكون من (٤٨) فقرة , يجاب عنها بأختيار بديل من أحد البدائل) تنطبق على بدرجة كبيرة جدا تنطبق على بدرجة كبيرة جدا,تنطبق على بدرجة متوسطة, تنطبق على بدرجة قليلة,تنطبق على بدرجة نادره (تعطي الدرجه (٥) للاختبار البديل الأول و (٤) للبديل الرابع و (٣) للبديل الثالث (٢). للبديل الثاني و (١) للبديل الاول ,وبالعكس بالنسبة للفقرات السلبية..فقد بني المقياس على عينة من المعلمات والمعلمين.

الصدق : (Validity)

وقد تحقق الصدق الظاهري بعد عرض المقياس بصيغته الاولى ,على (١٠) من الخبراء المتخصصين في علم النفس والقياس النفسي ملحق (٢) كما اخذت الباحثة بقبول الفقرة اذا حصلت على موافقة (٨٠٪) فأعلى ,وبهذا اعتمدت الباحثة طريق ليكرت (Likert) في قياس التحكم الذاتي ,وتمّ وضع مقياس خماسي (Rating Scale) (تنطبق على بدرجة كبيره جدا ,

تتطبق على درجة كبيرة ,تتطبق على درجة متوسطة ,تتطبق على درجة قليلة ,
تتطبيق على درجة نادرة (ازاء كل فقرة ,وهي احد الطرائق المستعملة في قياس
الظواهر النفسية .

تصحيح المقياس

لتصحيح فقرات المقياس اعطت الباحثة للبديل (تتطبق على درجة كبيرة جدا -
تتطبق على درجة كبيرة -تتطبق على درجة متوسطة -تتطبق على درجة قليلة
-تتطبق على درجة نادرة (في حالة اذا كانت الفقرة ايجابية الدرجات الآتية على
التوالي (١-٢-٣-٤-٥)وفي حالة الفقرات السلبية العكس الجدول (٢)يوضح المدرج
الخماسي أمام كل فقرة ايجابيا وسلبا .

جدول (٢)

تدرج الاجابة على مقياس التحكم الذاتي

الفقرات	دائما	كثيرا	احيانا	قليلًا	لا تتطبق
الاجابية	٥	٤	٣	٢	١
السلبية	١	٢	٣	٤	٥

الثبات : (Reliability)

تعد من الطرائق المهمة لاستخراج قيمة الثبات باللجوء الى تقسيم الاختبار الى
نصفين نصف ذو الارقام الفردية والنصف الاخر ذو الارقام الزوجية وحساب معامل
الارتباط بين النصفين)ابو جادو,٢٠٠٠,ص. (٤٣٣)وللتحقق من ثبات المقياس
اعتمدت الباحثة طريقة التجزئة النصفية , وتمّ تطبيق معامل ارتباط (بيرسون (بين
نصفي الاختبار فكان يساوي (٠,٦٧٨)وعند تصحيحه بمعادلة (سبيرمان -براون)
كان معامل الثبات (٠,٨٥٨)وتعتبر هذه قيمة ثبات عالية يعتمد عليها .

اجراءات التطبيق :

تمّ تطبيق مقياس التحكم الذاتي .وقامت الباحثة بنفسها بتوزيع استمارات المقياس

على عينة البحث الحالي

الوسائل الاحصائية :

الاختبار التائي (t-test) لمعرفة مستوى التحكم الذاتي لدى عينة البحث
معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation Coefficient)) استخراج الثبات
بالتجزئة النصفية . (Nunnally, ١٩٧٨.p.٢٨٠)

٣-الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لمعرفة الفروق في متغير النوع

عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

يتضمن هذا الفصل عرضاً للنتائج التي تمّ التوصل إليها استناداً إلى ما تمّ جمعه
من بيانات على وفق تسلسل الاهداف , كما تضمن مناقشة النتائج في ضوء نتائج
عدد من الدراسات السابقة وفي ضوء الاطار النظري في هذا المجال وكما يأتي :

الهدف الأول :قياس التحكم الذاتي عند عينة البحث.

للتعرف على التحكم الذاتي عند جميع أفراد عينة البحث طبقت الباحثة مقياس
التحكم الذاتي على عينة البحث والبالغة (٢٠٠) مرشدا ومرشدة ، إذ بلغ متوسط
الدرجات (١٩٦،٨٠) درجة بانحراف معياري قدره (١٩،٦٦) درجة ولدى حساب
الفرق بين متوسط درجات العينة على مقياس التحكم الذاتي والمتوسط الفرضي للمقياس
والبالغ (١٤٤) درجة وذلك باستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة (T.Test One
Sample). وجد أنّ الفرق بين المتوسطين ذو دلالة إحصائية ، إذ كانت القيمة التائية
المحسوبة (٥٣،٧١) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية (١،٩٦) ، عند مستوى دلالة
(٠،٠٥) وبدرجة حرية (١٩٩) مما يدل على وجود فرق ذات دلالة إحصائية بين
متوسط درجات التحكم الذاتي والمتوسط الفرضي للمقياس ولصالح متوسط العينة ، مما
يدل على تمتع أفراد عينة البحث بمستوى جيد من التحكم الذاتي (الجدول ٣) يوضح
ذلك.

الجدول (٣)

الاختبار التائي لعينة واحدة لمعرفة مستوى التحكم الذاتي عند عينة البحث

القيمة التائية					
----------------	--	--	--	--	--

المقياس	عدد أفراد العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	المحسوبة	الجدولية	مستوى الدلالة
التحكم الذاتي	٢٠٠	١٩٦,٨٠	١٩,٦٦	١٤٤	٣٧,٩٨	١,٩٦	٠,٠٥

الهدف الثاني: تعرف دلالة الفروق في التحكم الذاتي على وفق (النوع) (ذكور, اناث) للتعرف على الفروق في التحكم الذاتي تبعاً لمتغير النوع ، قامت الباحثة باستخراج المتوسط الحسابي لدرجات عينة الذكور المرشدين على مقياس التحكم الذاتي وقد بلغ (١٩٦,٣٦) ، وبانحراف معياري قدره (١٩,٩٣) ، بينما كان المتوسط الحسابي لدرجات عينة الإناث المرشدين على المقياس ذاته (١٩٦,٩١) ، وبانحراف معياري قدره (١٩,٨٧) ، ولمعرفة دلالة الفرق بينهما استعملت الباحثة الاختبار التائي لعينتين مستقلتين (Independent Samples Test) ، تبين إن القيمة التائية المسحوبة (٠,١٤ -) هي أصغر من القيمة الجدولية (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٣٩٨) ، مما يدل إلى أنه لا توجد فروق بين الذكور والإناث في التحكم الذاتي عند عينة البحث الحالي (و) الجدول (٤) يوضح ذلك.

الجدول (٤)

الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لمعرفة مستوى التحكم الذاتي تبعاً لمتغير النوع

مستوى الدلالة ٠,٠٥	القيمة التائية		درجة الحرية	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العينة	المتغير	النوع
	الجدولية	المحسوبة							
غير دال	١,٩	-	١٩٨	١٤٤	١٩,٩٣	١٩٦,٣٦	١٠٠	الذكور	
	٦	٠,١٤							

مناقشة النتائج

ستقوم الباحثة بمناقشة نتائج البحث وفقاً للمؤشرات العامة التي أسفرت عنها تلك النتائج وفي ضوء الخلفية النظرية ونتائج الدراسات السابقة وأهمية البحث على النحو الآتي:

الهدف الأول: قياس التحكم الذاتي عند عينة البحث.

تشير نتائج البحث إلى أن المرشدين والمرشحات يتمتعون بمستوى جيد من التحكم الذاتي. وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى قدرتهم على مواجهة كثير من المشكلات النفسية والاجتماعية، وشخصيتهم المستقلة وتشبعهم بالمعايير والقيم الاجتماعية بصورة سليمة وراسخة، ومن ثم تصبح السيطرة على الذات في الكثير من المواقف حاجزاً واقياً من مخاطر تلك المشكلات وقادرون على تحمل المسؤولية ومقاومة الإغراء من أجل أهداف مستقبلية سامية. ويعتقد روجرز في نظريته أن الإنسان يستطيع أن يتحكم شعورياً وعقلانياً في ذاته وان يتحول من الأساليب غير المرغوبة في التفكير والسلوك إلى الأساليب المرغوبة (ربيع، : ١٩٨٦ ص ٤٤٨).

وهذا يتفق مع دراسة رودولف وزملائه ((1995, Rudolf et al. دراسة (Dupper, 1991).

التوصيات. Recommendations.

- في ضوء النتائج التي تم التوصل إليها في هذا البحث توصي الباحثة بالآتي :
- ١- دعم المرشدين في وزارة التربية وثمين جهودهم في جميع المراحل الدراسية مادياً ومعنوياً وتوفير الفرص المناسبة للترويج عما يعانون من ضغوط المهنة.
 - ٢- التأكيد على المرشدين بسمات الشخصية للمرشد الناجح في مهنة وأثرها المهم في تطوير العملية التربوية.

رابعاً: المقترحات. Suggestions.

- بناءً على ما توصل إليه البحث تقترح الباحثة ما يأتي :
- ١- إجراء دراسة مقارنة بين المعلمين (خريجي معاهد إعداد المعلمين) والمعلمين (خريجي الكليات) لسمات الشخصية اللازمة للنجاح في مهنة التعليم.
 - ٢- إجراء دراسات أخرى تهدف إلى الكشف عن العلاقة بين كل متغير من متغيرات البحث ومتغيرات (نفسية أخرى). تقدير الذات , السلوك الايثاري , الاسناد الاجتماعي)
 - ٣- إجراء دراسة مماثلة للبحث الحالي عند شرائح اجتماعية أخرى كشريحة المعلمين والمعلمات التي لم يتناولها البحث الحالي وإدخال متغيرات أخرى كالتحصيل الدراسي

Abstract

The study of variable Self – Control to the teachers is a fortress psychological shield them from many behavioral abnormalities influence of attitudes and negative situations , especially in the field of education and academic achievement because it leads to processes that are active perceptions cognitive and behavioral effects against regularly to get the goal.

The current research aims to

- Measure the Self – Control to the guide s and girl scouts
- Measure the Self – Control to the guides the typ (male and female).

Therefore , after data collection and processed statistically using statistical methods , the researcher found the following results:

المصادر العربية

- ١- أبو غزال، معاوية محمود : (٢٠٠٦) نظريات التطور الإنساني وتطبيقاتها التربوي، ط ١، دار المسيرة للنشر والتوزيع
- ٢- الألويسي، احمد إسماعيل : (٢٠٠٠) فاعلية الذات وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلبة الجامعة، رسالة ماجستير غير منشورة (،كلية الآداب، جامعة بغداد.
- ٣- الإمام، مصطفى و العجيل، صباح وعبد الرحمن ، أنور حسين : (١٩٩٠) التقويم والقياس ، دار الحكمة ، بغداد .
- ٤- بول، ودرنج،) ب.ت : (اتجاهات حديثة في اعداد المعلم،ترجمة حسين سليمان،جامعة أسيوط ،القاهرة ،عالم الكتاب.
- ٥- الجنابي، سلام احمد خنجر : (٢٠٠٦) الثقة المفرطة في الأحكام الاحتمالية وعلاقتها بضبط الذات لدى الأطباء)، رسالة ماجستير غير منشورة (كلية الآداب ، جامعة بغداد.
- ٦- حمدي، نزيه، وداود، نسيمه : (٢٠٠٠) علاقة الفاعلية الذاتية المدركة بالانكتاب والتوتر لدى طلبة كلية العلوم التربوية في الجامعة الأردنية، دراسات العلوم التربوية، المجلد ٧ ، آذار .
- ٧- الخالدي، أديب : (٢٠٠١) .الصحة النفسية، ط ١، الدار العربية للنشر والتوزيع، المكتبة الجامعية ، غريان .
- ٨- الخفاجي، عفاف زياد وادي : (٢٠٠٢) بناء مقياس التحكم الذاتي لدى طلبة جامعة بغداد)، رسالة ماجستير غير منشورة (، كلية التربية) ابن رشد (جامعة بغداد.
- (رسالة ماجستير غير منشورة (جامعة بغداد ، كلية التربية.
- ٩- ربيع، محمد شحاتة (١٩٨٦) : تاريخ علم النفس ومدارسه .القاهرة /دار الصحة للنشر والتوزيع.
- ١٠- ارزوق، اسعد (١٩٧٧) موسوعة علم النفس ط ١، بيروت :المؤسسة العربية للدراسات والنشر.

- ١- اشبيب، احمد، وشبيب، محمود، (٢٠٠٠) ، علاقة توجهات المعلمين نحو دعم التحكم مقابل الاستقلال الذاتي كما يدركها الطلاب من الجنسين بالتنظيم الذاتي، مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، (٩٠)، ٢٦٩.٠-٢٢١
- ١٩
- ١٢- الشتيوي، محمد: (٢٠٠٥) إعداد معلمي المستقبل ، إدارة التدريب التربوي والانبعاث، السعودية ،
- ١٣- الشرقاوي، أنور محمد : (١٩٨٢) . التعليم والشخصية، مجلة عالم الفكر، المجلد (١٣) ، العدد الثاني.
- ١٤- الشناوي ،محمد محروس : (١٩٩٦) العملية الإرشادية والعلاجية، دار غريب، القاهرة.
١٥. شلال، سماح حمزة، ٢٠١١، التحكم الذاتي وعلاقتها بالعوامل الخمسة للشخصية لدى المعلمات والمعلمين . رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة بغداد. كليات التربية للبنات.
- ١٦- صالح، قاسم حسين : (١٩٨٨) . الشخصية بين التنظير والقياس، كلية الآداب، جامعة بغداد، مطبعة التعليم العالي
- ١٧- صالح، قاسم حسين ، : (١٩٩٧) محاضرات في الشخصية غير السوية ، مرحلة الدكتوراه ، قسم علم النفس ، كلية الآداب ، جامعة بغداد.
- ١٨- العاني، نزار محمد سعيد : (١٩٨٩) أضواء على الشخصية الإنسانية ، ط ١ ، دار الشؤون الثقافية العامة ، بغداد.
- ١٩- عبد الرحمن، محمد السيد : (١٩٩٨) دراسات في الصحة النفسية ، ح ٢ ، دار قباء ، القاهرة
- ٢٠- العزة، سعيد حسني وعبد الهادي، جودت عزت : (٢٠٠١) تعديل السلوك الإنساني، ط ١، الناشر الدار الدولية ودار الثقافة للنشر والتوزيع ، عمان.
- ٢١- علي، عبد الكريم سليم : (١٩٩٠) موقع الضبط لدى أبناء الشهداء وأقرانهم الذين يعيشون مع آبائهم في المرحلة المتوسطة ، رسالة ماجستير غير منشورة (جامعة صلاح الدين ، كلية التربية).

- ٢٢- علي، علوم محمد، (١٩٩٦) ، قياس السلوك التربوي لمدرس المرحلة الثانوية في محافظة بغداد) بناء وتطبيق (، أطروحة دكتوراه، كلية التربية، ابن رشد، جامعة بغداد.
- ٢٣- الغريب، رمزية (١٩٦٧) مدخل إلى مناهج البحث التربوي ، ط١، مكتبة الفلاح ، الكويت.
- ٢٤- الفتح، فاروق عبد : (١٩٨٥) علاقة مستويات الذكاء بالتحكم الداخلي لدى المراهقين من الجنسين بالمملكة العربية السعودية، المجلة التربوية، كلية التربية بالكويت، ع٦، المجلد ٢.
- ٢٥- المرشدي.بشير صالح.والسهيل، راشد علي(٢٠٠) مقدمة في الارشاد النفسي، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع ، الكويت
- ٢٩- مصطفى، يوسف حمه صالح : (١٩٩٨) .السمات الخمسة الكبرى في الشخصية لدى تدريسي الجامعة وعلاقتها ببعض المتغيرات) بحث ميداني (مقبول بالنشر في مجلة العلوم النفسية، العدد التاسع، كانون الثاني
- ٢٦- الهنداوي، شذى جواد كاظم: (٢٠٠٣) اثر تدريس استراتيجيات ما وراء المعرفة في التنظيم الذاتي للتعلم بحسب الذكاء والجنس عند طلبة معاهد إعداد المعلمين،(أطروحة دكتوراه غير منشورة) كلية التربية _ ابن رشد , جامعة بغداد.
- ٢٧- هورني، كارين : (١٩٨٨) صراعاتنا الباطنية ,ترجمة عبد الودود محمد,دار الشؤون الثقافية العامة,بغداد.
- ٢٨- وزارة التربية (١٩٨٣).المديرية العامة للتخطيط التربوي, قسم التوثيق والدراسات, مصطلحات في التعليم الفني والمهني, العدد(١٢٨)

المصادر الأجنبية

- ٣٠- Bandura, A ,O'Leary ,A ,C ,B ,J ,D Gossard (١٩٨٧) :
Perceived self-
Efficacy & Pain Control : opioid & Nonopioid Mechanisms ,

Journal of personality and social Psychology , vol
,(٥٣) No (٣)

٣١- Berk, E.Laura .(١٩٩٧) : Child development, ٤th .
Edition , U .S .A . Allyn and Bacoh .

٣٢- Karoly , P , & Kanfer , F.H ,(١٩٨٢) : "Self – management
and behavior chang , New york parrgman , press .

٣٣- Kendall , Phillip , C .& Braswell , Lauron (١٩٩٣) :
Cognitive_
Behavioral therapy for impulsive children ,
New york .

٣٤- Kleinke , chris L .(١٩٧٨) : self_perception ,the
Psychology of personal Awareness San Francisco . w . h .
freement and company USA .

٣٥- Mahoen , M , J , & Thoreson . C , C ,(١٩٧٤) : Self-control
behavioral , New york Holt rinhart .

١٣٩- Rotter, J.B. and Hochreich ,D,J. (١٩٧٥) : "
Personality Scott " , Forresmanand ,
Illinois .

٢١

٣٦- Schunk , D .h & zimmermen , B ,J ,(١٩٩٨) :
self_regulation : from teaching to
self_reflective practice , NY ,NY ,the guiford
press

٣٧- Smith, K.V. (١٩٦٦) . Cybernetic Principles of
learning and Educational design.
New York

٣٨- Snyder , M ,& Gangested , S (١٩٨٦) : On The nature of
self – monitoring . matters of
Assessmen and validity . Jornal
personality and social psychology .Vol.٥,No.I,pp.١٢٥-١٣٩.

York, John. Wiley.

٣٩- Wegner , Daniel ,M ,& Vallacher , Robin ,R ,(١٩٨٠) :
The self in social psychology .New york
:Oxford University press .
, Vol:٣٢,N.٤,PP.٦-٢٣.

٤٠- Zimmerman, B ,J ,(١٩٩٠) : Self-regulated learning academic
achievement : an overview , educational
psychologist

ملحق (١) اسماء السادة الخبراء

اسماء السادة الخبراء

مكان العمل	الاسم	ت
كلية التربية/الجامعة المستنصرية	أ.د.محمود كاظم التميمي	١
كلية التربية-الاساسية/جامعة دهوك	أ.د.قاسم حسين صالح	٢
كلية التربية-ابن الهيثم/جامعة بغداد	أ.د.ناهدة البدري	٣
كلية التربية-الاساسية/جامعة السليمانية	أ.م.د.سولاف فائق محمد علي	٤
كلية التربية/الجامعة المستنصرية	أ.م.د.حيدر كريم سكر	٥
كلية التربية-ابن رشد/جامعة بغداد	أ.م.د.صاحب الجنابي	٦
كلية التربية-ابن رشد/جامعة بغداد	أ.د.صفاء طارق حبيب	٧
كلية التربية-ابن رشد/جامعة بغداد	أ.د.عبد الأمير الشمسي	٨
كلية التربية-ابن رشد/جامعة بغداد	أ.م.د.عبد الحسين الجبوري	٩
كلية التربية-للبنات/جامعة بغداد	م.د.شيماء صلاح العبيدي	١٠
كلية التربية-للبنات/جامعة بغداد	أ.م.د.بشرى احمد	١١
كلية التربية للعلوم التربوية والانسانية/جامعة السليمانية	م.د.نيا طيب	١٢
كلية التربية/ -جامعة بابل	ا.م.د.علي محمود	١٣

مقياس التحكم الذاتي ملحق(٢)

كبيرة	كبيرة	متوسطة	قليلة	نادرة	

				جداً	
					١
				أتعامل بعقلانية تجاه أي موقف.	
				أأخذ قراراتتي بحكمة وبدون استعجال.	٢
				أشعر بأن أفضل شيء للتعامل مع المشكلة هو عدم التفكير بها.	٣
				أحس بأنني قادر على تغيير الغد بما أفعله اليوم.	٤
				أدرس الاحتمالات الممكنة كلها عند اتخاذ قرار.	٥
				أفكر بنتائج العمل الذي أؤديه قبل البدء بالإجراءات.	٦
				أفقد صوابي في حالة غضبي من موقف ما.	٧
				أعيد المحاولة إذا فشلت في إجراء عمل ما.	٨
				تسيطر علي المشاعر السلبية إذا فشلت في أداء عملي.	٩
				أهمل حل المشكلات التي تواجهني إيماناً بأنها ستحل وحدها.	١٠
				أحاول اتخاذ قراراتتي بدون انفعال.	١١
				أصرف بهدوء في المواقف الحرجة.	١٢
				أعتقد بأن عامل الخبرة التربوية جعلت مني أكثر رزانة وتمالك لأعصابي.	١٣
				أتعامل مع التلاميذ بدون تمييز.	١٤
				الرجاء إلى أولياء أمور التلاميذ عند الحاجة إليهم.	١٥
				أندم على بعض سلوكياتي مع التلاميذ.	١٦
				عندما أحس بالتوتر والعصبية أبتعد عن الواقع المثيرة كي لا أتخذ قراراً خاطئاً.	١٧
				أشعر بأنني قادر على ضبط تعبيرتي عن انفعالاتي ومشاعري.	١٨
				حينما تواجهني مشكلة صعبة فأندم أدرسها بجوانبها المختلفة.	١٩

					٢٠	في حالة غضبي من تلميذ فأنتني أتناول الأمور بحذر وعناية فائقين.
					٢١	ينتابني الغرور بعد أنجاز أي عمل بإتقان.
					٢٢	أكافئ التلاميذ المتميزين ولو بالمديح.
					٢٣	أعاقب نفسي عندما أخطأ بحق الآخرين.
					٢٤	عندما أكافئ مادياً يدفعني ذلك للإبداع بالعمل.
					٢٥	أشعر أن تعزيز الذات يؤدي إلى نجاح الفرد في عمله.

(٢)

تتطبق عليّ بدرجة					الفقرات	ت
كبيرة جداً	كبيرة	متوسطة	قليلة	نادرة		
					٢٦	النجاح الذي أحققه في عملي يدفعني لمكافأة نفسي بتطويرها.
					٢٧	التزامي في عملي بالقيم الاجتماعية يشعرني بالرضا عن نفسي.
					٢٨	أخبر الآخرين بما أنجزه من أعمال مميزه.
					٢٩	تقدمي في عملي يقودني إلى إنجازات جديدة أخرى.
					٣٠	أقدم مصالح الآخرين على مصلحتي الشخصية.
					٣١	أراجع تصرفاتي بعد مدة من الزمن.
					٣٢	أعطي أكثر من فرصة للتلميذ الضعيف.
					٣٣	أحكم على التلميذ من تصرف واحد.
					٣٤	إذا سنحت لي فرصة عمل خارج نطاق التعليم أفومها قبل قبولها أو رفضها.
					٣٥	أصحح خطأي عندما أخطأ بحق الآخرين.

					أعطي لنفسي فرصة قبل إصدار الأحكام النهائية للأشياء.	٣٦
					أحكم على تصرفاتي بعد أن أقومها.	٣٧
					أشعر بالندم إذا ميزت بمعاملتي بين التلاميذ.	٣٨
					أضبط نفسي أمام إغراءات الحياة.	٣٩
					أقتنع بما لدي من أشياء تتعلق بمفردات حياتي.	٤٠
					إغراءات المال لا تؤثر على اتخاذ قراري.	٤١
					أسيطر على نزواتي من خلال قيادة العقل لتصرفاتي.	٤٢
					أسيطر على رغباتي وتوجيهها لما هو مفيد.	٤٣
					أستطيع تأجيل شراء بعض الأشياء التي تعجبني ولا أملك ثمنها في الوقت الحاضر.	٤٤
					يعجبني أن أقلد الآخرين أتمنى أن أمتلك ما يمتلكونه.	٤٥
					أعتقد بأنني أستطيع الحصول على ما أريد إذا أستمررت بالمحاولة.	٤٦
					أحاول أداء الواجبات في وقتها.	٤٧
					أحرص على أن أكون أكثر التزاماً بالسلوك الاجتماعي المطلوب.	٤٨