

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 :-

1- قياس التحكم الذاتي لدى المرشدين والمرشدات.

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

ويقتصر البحث الحالي على المرشدين التربويين في مدينة بغداد وبغوبة.

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 , 1990) التي أظهرت إن التحكم الذاتي يعد تكويناً منظماً (Systematic Formation) وبُنية شخصية (Personality Structure) يرتبطان بتقويم الذات للإنجاز ، وتقدير الذات وضبط السلوك العدواني ، والضبط الانفعالي ، ودراسة كرال (Kral , 1989) التي بينت

العلاقة بين ضبط الذات والحمية ، ودراسة سميث وآخرون , (Smith & Others 1987) لتأثير التحكم الذاتي في مجال التعليم والتحصيل الدراسي مقارنة بطلبة المدارس النموذجية ، ودراسة نيست وآخرون (Nist & Others , 1999) 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) الألوسي ، : 2001 ص. (15) 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 والمرشدات صعوبة في تنظيم سلوكهم وربما ينتج عن هذا الأمر بعض أشكال الاضطرابات في الشخصية والمشاكل النفسية ومن ثم أظهار 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 (200) عن ان المرشد التربوي يتصف بمواصفات من ثلاثة جوانب. هي جانب شخصي، وجانب اكايمي، وجانب مهني. وفيما يخص الجانب الشخصي فعلى المرشد ان يكون متوافقا نفسيا 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، 200، ص (107) وتبرز مشكلة البحث الحالي في ضوء المشكلات التي تعترض العملية التربوية وهي اعداد المرشدين والمرشدات 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 والمرشدات. 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 تركيبة 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 .⁸⁶ 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 ، :1985 ص .³⁷ (وترى هورني (Horny) التحكم الذاتي كقوة كامنة للاحتفاظ بالاندفاعات المتصارعة تحت السيطرة كي لا تجعل المشاعر تتجرف تحت تأثير الصراع) هورني ، :1988 ص.⁹⁴ (ويبين باندورا و وولتر (Bandora & Walter, 1963) 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 , 1963 : p.220) ويقيس مفهوم التحكم الذاتي الفروق الفردية بين الأفراد في عملية اتخاذ القرارات وفي كيفية التصرف في المواقف الاجتماعية من قبل كل فرد . (Wegner&Vallacher,1980: p.244)) 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) الشتوي ، (2005 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, 1989: p.100). وقد بينت دراسة رودولف وزملائه (Rudolf & et.al: 1995) إن التحكم الذاتي هو إحدى المحركات البنوية الأساسية في بنية الذات بعلاقتها مع الآخرين) الجنابي، :2006 ص 9. (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 (12) و (18) شهراً ، إذ يبدأ الأطفال بإظهار أدراك واضح لرغبات مربيههم وتوقعاتهم ويمكن أن يطيعوا بشكل طوعي طلبات وأوامر بسيطة (Berk, 1997: p.486). 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 ، : 1976 ص 50-52 ويذكر) الشناوي ، (1996 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 ، : 1996 ص 429. (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 , 1974: p.9). 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 يضم أحكاماً قيمة نحو) : جيد ، غير جيد (على الفرد من الآخرين) العزة والهادي ، : 2001 ص 110. ومما تقدم فإن المرشدين والمرشدين من الشرائح المهمة في المجتمع التي يقابلها التلاميذ في حياتهم ويتأثرون بها ، وكثيراً ما يقتصر 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 ، : 2001 ص 161. ويكتسب البحث الحالي أهمية أخرى من كونه يجري على المرشدين والمرشدات 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 والمرشدات.
- ٢ - معرفة دلالة الفروق في التحكم الذاتي على وفق متغير النوع) ذكور – إناث (

حدود البحث

يقتصر البحث الحالي على المرشدين التربويين في مدينة بغداد وبعقوبة

تحديد المصطلحات

التحكم الذاتي Self Control

١ - تُعرف موسوعة علم النفس (1977) 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 ، 1977 ، ص.39)

٢ - ويعرفه روجرز (1986) بأنه " :- قدرة الفرد على التحكم شعورياً وعقلانياً في ذاته وأن يتحول من الأساليب غير المرغوبة في التفكير والسلوك إلى أساليب مرغوبة . " (روجرز ، : 1986 ص19)

٣ - أما مصطفى (1998) فيعرفه بأنه " :- عملية السيطرة على الاستجابة السلوكية والمعرفية والانفعالية في مواقف مختلفة ومتباينة ينجم عنها تعزيز إيجابي للذات " (مصطفى ، : 1998 ص.34)

مما تقدم من تعريفات فقد تبنت الباحثة تعريف) شلال (2011، 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 (1983)

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. 1983، ص(513)

ومن النظريات التي فسرت التحكم الذاتي هي:-

١ -الاتجاه السيبرنيتي.(Theory Cybernetic Direction)

كان (Wiener 1948) 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 (1948) ومنذ ذلك الوقت كثر البحث في موضوع التحكم الإنساني الذاتي بواسطة) التغذية الراجعة ((الغريب،: 1967 ص.³⁸⁴)

أما (Smith 1966) 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:-

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

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

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

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

7. إن تصميم البحث في سلوك يجب أن يبنى على أساس بحث أبعاد التحكم الناتج عن التغذية الراجعة ، أي على أساس تحليل كيف أن التغير في الخصائص المختلفة لمثيرات التغذية الراجعة يؤثر في كفاية الأداء ، ويؤثر في مجرى التعلم أيضا. (Smith, 1966: p.354)

- 2 نظرية فرويد (Frued Theory)

استعمل فرويد فكرة الأنا بصفتها 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 والبيدي ، : 1990 ص . (88

ومن وظائف الأنا : التحكم الذاتي ، وتحمل التوتر، وتأجيل الإشباع (Karloly&Kanfer,1982 :p.p. 6-7).

- 3 نظرية روجرز. (Rogers Theory)

يعتقد روجرز إن الإنسان يستطيع أن يتحكم شعورياً وعقلانياً في ذاته وإن يتحول من الأساليب غير المرغوبة في التفكير والسلوك إلى الأساليب المرغوبة وهو لا يعتقد إن الأفراد يتحكمون بقوة لاشعورية بذاتهم ذلك إن الشخصية في نظره تُشكل بأحداث الحاضر وبرؤيتها لهذه الأحداث) ربيع ، : 1986 ص. (448

- 4 نظرية سكينر. (Skinner Theory)

يعد 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,1990:p.5) (Zmmerman,1990:p.p. 3-18)

وقد شرح سكينر (Skinner) التحكم الذاتي بلغة إفراط التعزيز ، بدلاً من كونه شعوراً أو وعياً داخلياً (عبد الرحمن ، : 1998 ص (558⁵⁵⁸، إذ يرى إن تحكم السلوك يتم باختيار المعززة ، وتحديد سرعة تعزيزها يوضح جداول تعزيزية على أساس حقبة 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 ، : 1988 ص . (222²²²)

وقد وصف سكينر 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, 1972: p.214) . ويؤكد (سكينر) أهمية التحكم الذاتي في تشكيل السلوك هو التعزيز) العاني ، : 1989 ص (75⁷⁵) .

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

فنظرية التعلم الاجتماعي المعرفي تنظر إلى الإنسان على أنه 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 أنه 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 : 1997 ، ص (200²⁰⁰، وبمعنى آخر فإن 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 فإن العوامل المعرفية للفرد تؤثر فيه وتتأثر به) أبو غزال ، : 2006

ص (120¹²⁰) وتعد الفعالية الذاتية أحد 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 ، : 2000 ص.45

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 للإنجاز وضبط السلوك العدواني والانفعالي وهو أحد الممتلكات النبوية 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 بؤادر عملية التحكم الذاتي ، وأما نظرية) سكرن (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 (2003) اثر تدريس إستراتيجيات ما وراء المعرفة في التنظيم الذاتي للتعلم بحسب الذكاء والجنس عند طلبة معاهد إعداد المعلمين (التي رمت إلى تعرّف 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 (147) طالبا وطالبة اختيرت عشوائيا من معهد إعداد المعلمين أعدت الباحثة مقياسا للتنظيم الذاتي للتعلم مكونا من (34)فقرة ، لتحقيق أهداف البحث ، وبعد تحليل إحصائيا باستخدام تحليل التباين الثلاثي والاختبار التائي لعينتين مترابطتين 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 ، : 2003 ص.134-120).

وهدف دراسة الخفاجي (2002) بعنوان (بناء مقياس التحكم الذاتي لدى طلبة جامعة بغداد (إلى بناء مقياس التحكم الذاتي لدى طلبة جامعة بغداد ، وتألفت عينة البحث من (400)طالب وطالبة من جامعة بغداد ، اختيرت بأسلوب المرحلي العشوائيين والصفوف الأولى لفرعي احدهما التخصص العلمي والآخر الإنساني ، بلغت عدد فقرات المقياس المعد (38)فقرة ، استعملت الباحثة الوسائل الإحصائية (اختبار مربع كاي ، معامل الارتباط 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 ، : 2002ص(79-58)

بينما هدفت دراسة شبيب و شبيب (2000)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 (200) من طلبة وطالبات الصف الثاني الثانوي منهم (100) ذكور، (100) 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، 2000: ص75).

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 مرشدات المرحلة الثانوية والاعدادية والمتوسطة المدارس التابعة للمديرية العامة لتربية الرصافة الاولى في مدينة بغداد وتربية ديالى بواقع (290) مرشداً ومرشدة تربوية لتربية ديالى (134) ذكوراً و (156) إناثاً و (227) مرشداً ومرشدة لتربية بغداد (96) ذكور و (131) إناث. المجموع (517) مرشدا ومرشدة . للعام الدراسي . (2009-2010) والبالغ عددهن (200) مرشدة ومرشد بواقع (100) مرشد و (100) مرشدة وكما موضح في الجدول الاتي ..

جدول (1)

توزيع العينة بحسب النوع

العدد	المهنة
100	المرشدين

100	المرشدات
200	المجموع

أداة البحث:

تطلب البحث الحالي أداة 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 2011,و الذي يتكون من (48) 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 الدرجة (5) للاختبار البديل الأول و (4) للبديل الرابع و (3) للبديل الثالث (2).للبديل الثاني و (1)للبديل الاول ,وبالعكس بالنسبة لل فقرات السلبية..فقد بني المقياس على عينة من المعلمات والمعلمين.

الصدق : (Validity)

وقد تحقق الصدق الظاهري بعد عرض المقياس بصيغته الاولى ,على (10)من الخبراء المتخصصين في علم النفس والقياس النفسي ملحق (2)كما اخذت الباحثة بقبول الفقرة اذا حصلت على موافقة (80%) فأعلى ,وبهذا اعتمدت الباحثة طريق ليكرت (Likert) في قياس التحكم الذاتي ,وتمّ وضع مقياس خماسي (Rating (Scale) تنطبق علي بدرجة كبيرة جدا ,

تنطبق علي بدرجة كبيرة ,تنطبق علي بدرجة متوسطة ,تنطبق علي بدرجة قليلة , تنطبق علي بدرجة نادرة (ازاء كل فقرة ,وهي احد الطرائق المستعملة في قياس الظواهر النفسية .

تصحيح المقياس

لتصحيح فقرات المقياس اعطت الباحثة للبديل (تطبق علي بدرجة كبيرة جدا - تطبق علي بدرجة كبيرة -تطبق علي بدرجة متوسطة -تطبق علي بدرجة قليلة -تطبق علي بدرجة نادرة (في حالة اذا كانت الفقرة ايجابية الدرجات الآتية على التوالي (1-2-3-4-5) وفي حالة الفقرات السلبية العكس الجدول (2) يوضح المدرج الخماسي أمام كل فقرة ايجابيا وسلبا .

جدول (2)

تدرج الاجابة على مقياس التحكم الذاتي

الفقرات	دائما	كثيرا	احيانا	قليلا	لا تتطبق
الاجابية	5	4	3	2	1
السلبية	1	2	3	4	5

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, 2000, ص. (433 وللتحقق من ثبات المقياس اعتمدت الباحثة طريقة التجزئة النصفية , وتم تطبيق معامل ارتباط (بيرسون (بين نصفين الاختبار فكان يساوي (0, 678) وعند تصحيحه بمعادلة (سبيرمان - براون) كان معامل الثبات (0, 858) وتعتبر هذه قيمة ثبات عالية يعتمد عليها .

اجراءات التطبيق :

تم 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, 1978.p.280)

3-الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لمعرفة الفروق في متغير النوع

عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

يتضمن هذا الفصل عرضا للنتائج التي تمّ التوصل اليها استنادا الى 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 (200) مرشدا ومرشدة ، إذ بلغ متوسط الدرجات (196,80) درجة بانحراف معياري قدره (19,66) درجة ولدى حساب الفرق بين متوسط درجات العينة على مقياس التحكم الذاتي والمتوسط الفرضي للمقياس والبالغ (144) درجة وذلك باستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة (T.Test One Sample). وجد أنّ الفرق بين المتوسطين ذو دلالة إحصائية ، إذ كانت القيمة التائية المحسوبة (53,71) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية (1,96) ، عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (199) 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 و(الجدول 3)يوضح ذلك.

الجدول(3)

الاختبار التائي لعينة واحدة لمعرفة مستوى التحكم الذاتي عند عينة البحث

المقياس	عدد أفراد العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية	
					المحسوبة	الجدولية
مستوى الدلالة	0,05					

التحكم الذاتي	200	196,80	19,66	144	37,98	1,96	دال
------------------	-----	--------	-------	-----	-------	------	-----

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 (196,36) ، وبانحراف معياري قدره (19,93) ، بينما كان المتوسط الحسابي لدرجات عينة الإناث المرشدات على المقياس ذاته (196,91) ، وبانحراف معياري قدره (19,87) ، ولمعرفة دلالة الفرق بينهما استعملت الباحثة الاختبار التائي لعينتين مستقلتين (Independent Samples Test) ، تبين إن القيمة التائية المسحوبة (0,14 -) هي أصغر من القيمة الجدولية (1.96) عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (398) ، مما يدل إلى أنه لا توجد فروق بين الذكور والإناث في التحكم الذاتي عند عينة البحث الحالي (و) الجدول (4) يوضح ذلك.

الجدول (4)

الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لمعرفة مستوى التحكم الذاتي تبعاً لمتغير النوع

مستوى الدلالة 0,05	القيمة التائية		درجة الحرية	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العينة	المقبر	
	الجدولية	المحسوبة							
غير دال	1,96	- 0,14	198	144	19,93	196,36	100	الذكور	النوع
					19,87	196,91	100	الإناث	

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 والمرشدات يتمتعون بمستوى جيد من التحكم الذاتي. وتعرّضت 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 واقعياً من مخاطر تلك المشكلات وقادرون على تحمل المسؤولية ومقاومة الإغراء من أجل أهداف مستقبلية سامية . ويعتقد روجرز في نظريته أنَّ الإنسان يستطيع أن يتحكم شعورياً وعقلانياً في ذاته وإن تحول من الأساليب غير المرغوبة في التفكير والسلوك إلى الأساليب المرغوبة (ربيع ، : 1986 ص 448). وهذا يتفق مع دراسة رودولف وزملائه (Rudolf et al., 1995) ، ودراسة (Dupper, 1991).

التوصيات. Recommendations.

- في ضوء النتائج التي تم التوصل إليها في هذا البحث توصي الباحثة بالآتي :
- 1- دعم المرشدين في وزارة التربية وتثمين جهودهم في جميع المراحل الدراسية مادياً ومعنوياً وتوفير الفرص المناسبة للترويج عما يعانون من ضغوط المهنة.
 - 2- 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 :
- 1- إجراء دراسة مقارنة بين المعلمين (خريجي معاهد إعداد المعلمين (والمعلمين (خريجي الكليات) لسمات الشخصية اللازمة للنجاح في مهنة التعليم.
 - 2- إجراء دراسات أخرى تهدف إلى الكشف عن العلاقة بين كل متغير من متغيرات البحث ومتغيرات (نفسية أخرى). تقدير الذات , السلوك الايثاري , الاسناد الاجتماعي)
 - 3- 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

- 1- أبو غزال، معاوية محمود : (2006) نظريات التطور الإنساني وتطبيقاتها التربوي، ط1، دار المسيرة للنشر والتوزيع
- 2- الآلوسي، احمد إسماعيل : (2000) فاعلية الذات وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلبة الجامعة، رسالة ماجستير غير منشورة (،كلية الآداب، جامعة بغداد.
- 3- الإمام، مصطفى و العجيل، صباح وعبد الرحمن ، أنور حسين : (1990) التقويم والقياس ، دار الحكمة ، بغداد .
- 4- بول، ودرنج،) ب.ت :(اتجاهات حديثة في اعداد المعلم،ترجمة حسين سليمان،جامعة أسيوط ،القاهرة ،عالم الكتاب.
- 5- الجنابي، سلام احمد خنجر : (2006) الثقة المفرطة في الأحكام الاحتمالية وعلاقتها بضبط الذات لدى الأطباء)، رسالة ماجستير غير منشورة (كلية الآداب ، جامعة بغداد.
- 6- حمدي، نزيه، وداود، نسيمه : (2000) علاقة الفاعلية الذاتية المدركة بالانكتاب والتوتر لدى طلبة كلية العلوم التربوية في الجامعة الأردنية، دراسات العلوم التربوية، المجلد 7 ، آذار .
- 7- الخالدي، أديب : (2001) .الصحة النفسية، ط 1، الدار العربية للنشر والتوزيع، المكتبة الجامعية ، غريان .
- 8- الخفاجي، عفاف زياد وادي : (2002) 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.
- 9- ربيع، محمد شحاتة (1986) :تاريخ علم النفس ومدارسه .القاهرة /دار الصحة للنشر والتوزيع.
- 10- رزوق، اسعد (1977) موسوعة علم النفس ط1، بيروت :المؤسسة العربية للدراسات والنشر.

- 11- شبيب، احمد، وشبيب، محمود، (2000) ، علاقة توجهات المعلمين نحو دعم التحكم مقابل الاستقلال الذاتي كما يدركها الطلاب من الجنسين بالتنظيم الذاتي، مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، (90)، 221-269.
- 19
- 12- الشتيوي، محمد: (2005) إعداد معلمي المستقبل ، إدارة التدريب التربوي والانبعاث، السعودية ،
- 13- الشرقاوي، أنور محمد : (1982) . التعليم والشخصية، مجلة عالم الفكر، المجلد (13) ، العدد الثاني.
- 14- الشناوي ،محمد محروس : (1996) العملية الإرشادية والعلاجية، دار غريب، القاهرة.
15. شلال، سماح حمزة، 2011، التحكم الذاتي وعلاقتها بالعوامل الخمسة للشخصية لدى المعلمات والمعلمين . رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة بغداد. كليات التربية للبنات.
- 16- صالح، قاسم حسين : (1988) . الشخصية بين التنظير والقياس، كلية الآداب، جامعة بغداد، مطبعة التعليم العالي
- 17- صالح، قاسم حسين ، : (1997) محاضرات في الشخصية غير السوية ، مرحلة الدكتوراه ، قسم علم النفس ، كلية الآداب ، جامعة بغداد.
- 18- العاني، نزار محمد سعيد : (1989) أضواء على الشخصية الإنسانية ، ط 1 ، دار الشؤون الثقافية العامة ، بغداد.
- 19- عبد الرحمن، محمد السيد : (1998) دراسات في الصحة النفسية ، ح 2 ، دار قباء ، القاهرة
- 20- العزة، سعيد حسني وعبد الهادي، جودت عزت : (2001) تعديل السلوك الإنساني، ط1، الناشر الدار الدولية ودار الثقافة للنشر والتوزيع ، عمان.
- 21- علي، عبد الكريم سليم : (1990) موقع الضبط لدى أبناء الشهداء وأقرانهم الذين يعيشون مع آبائهم في المرحلة المتوسطة)، رسالة ماجستير غير منشورة (جامعة صلاح الدين ، كلية التربية.

- 22- علي، علوم محمد، (1996) ، قياس السلوك التربوي لمدرس المرحلة الثانوية في محافظة بغداد) بناء وتطبيق، أطروحة دكتوراه، كلية التربية، ابن رشد، جامعة بغداد.
- 23- الغريب، رمزية (1967) مدخل إلى مناهج البحث التربوي ، ط1، مكتبة الفلاح ، الكويت.
- 24- الفتاح، فاروق عبد : (1985) علاقة مستويات الذكاء بالتحكم الداخلي لدى المراهقين من الجنسين بالمملكة العربية السعودية، المجلة التربوية، كلية التربية بالكويت، ع، 6، المجلد. 2.
- 25- المرشدي. بشير صالح. والسهيل، راشد علي (200) مقدمة في الارشاد النفسي، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع ، الكويت
- 29- مصطفى، يوسف حمه صالح : (1998) . السمات الخمسة الكبرى في الشخصية لدى تدريسي الجامعة وعلاقتها ببعض المتغيرات) بحث ميداني (مقبول بالنشر في مجلة العلوم النفسية، العدد التاسع، كانون الثاني
- 26- الهنداوي، شذى جواد كاظم: (2003) 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 .
- 27- هورني، كارين : (1988) صراعاتنا الباطنية ,ترجمة عبد الودود محمد, دار الشؤون الثقافية العامة, بغداد.
- 28- وزارة التربية (1983). المديرية العامة للتخطيط التربوي, قسم التوثيق والدراسات , مصطلحات في التعليم الفني والمهني, العدد (128)

المصادر الأجنبية

- 30- Bandura, A ,O'Leary ,A ,C ,B ,J ,D Gossard (1987) : Perceived self-Efficaey & Pain Control : opioid & Nonopioid Mechanisms ,

Journal of personality and social Psychology , vol
,(53) No (3)

31- Berk, E .Laura .(1997) : Child development, 4th .
Edition , U .S .A . Allyn and Bacoh .

32- Karoly , P , & Kanfer , F.H ,(1982) : "Self – management
and behavior chang , New york parrgman , press .

33- Kendall , Phillip , C .& Braswell , Lauron (1993) :
Cognitive_
Behavioral therapy for impulsive children ,
New york .

34- Kleinke , chris L .(1978) : self_perception ,the
Psychology of personal Awareness San Francisco . w . h .
freement and company USA .

35- Mahoen , M , J , & Thoreson . C , C ,(1974) : Self-control
behavioral , New york Holt rinhart .

139- Rotter, J.B. and Hochreich ,D,J. (1975) : " Personality
Scott " , Forresmanand , Illihois .

21

36- Schunk , D .h & zimmermen , B ,J ,(1998) :
self_regulation : from teaching to
self_reflective practice , NY ,NY ,the guiford
press

37- Smith, K.V. (1966) . Cybernetic Principles of
learning and Educational design.
New York

38- Snyder , M ,& Gangested , S (1986) : On The nature of
self – monitoring . matters of
Assessmen and validity . Jornal
personality and social psychology .Vol.5,No.I,pp.125-139.
York, John. Wiley.

39- Wegner , Daniel ,M ,& Vallacher , Robin ,R ,(1980) :
The self in social psychology .New york
:Oxford University press .
, Vol:32,N.4,PP.6-23.

-
- 40- Zimmerman, B ,J ,(1990) : Self-regulated learning academic achievement : an overview , educational psychologist

ملحق (1) اسماء السادة الخبراء

اسماء السادة الخبراء

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

مقياس التحكم الذاتي ملحق(2)

كبيرة جداً	كبيرة	متوسطة	قليلة	نادرة	
					1
					2
					3

4	أحس بأنني قادر على تغيير الغد بما أفعله اليوم.				
5	أدرس الاحتمالات الممكنة كلها عند اتخاذ قرار.				
6	أفكر بنتائج العمل الذي أؤديه قبل البدء بالإجراءات.				
7	أفقد صوابي في حالة غضبي من موقف ما.				
8	أعيد المحاولة إذا فشلت في إجراء عمل ما.				
9	تسيطر علي المشاعر السلبية إذا فشلت في أداء عملي.				
10	أهمل حل المشكلات التي تواجهني إيماناً بأنها ستحل وحدها.				
11	أحاول اتخاذ قراراتي بدون انفعال.				
12	أتصرف بهدوء في المواقف الحرجة.				
13	أعتقد بأن عامل الخبرة التربوية جعلت مني أكثر رزانة وتمالك لأعصابي.				
14	أتعامل مع التلاميذ بدون تمييز.				
15	الجا إلى أولياء أمور التلاميذ عند الحاجة إليهم.				
16	أندم على بعض سلوكياتي مع التلاميذ.				
17	عندما أحس بالتوتر والعصبية أبتعد عن الوقوف المثيرة كي لا أتخذ قراراً خاطئاً.				
18	أشعر بأنني قادر على ضبط تعبيراتي عن انفعالاتي ومشاعري.				
19	حينما تواجهني مشكلة صعبة فأنني أدرسها بجوانبها المختلفة.				
20	في حالة غضبي من تلميذ فأنني أتناول الأمور بحذر وعناية فائقين.				
21	ينتابني الغرور بعد أنجاز أي عمل بإتقان.				
22	أكافئ التلاميذ المتميزين ولو بالمديح.				
23	أعاقب نفسي عندما أخطأ بحق الآخرين.				
24	عندما أكافئ مادياً يدفعني ذلك للإبداع بالعمل.				

25	أشعر أن تعزيز الذات يؤدي إلى نجاح الفرد في عمله.					
----	--	--	--	--	--	--

(2)

ت	الفقرات	تتطبق عليّ بدرجة				
		كبيرة جداً	كبيرة	متوسطة	قليلة	نادرة
26	النجاح الذي أحققه في عملي يدفعني لمكافأة نفسي بتطويرها.					
27	التزامي في عملي بالقيم الاجتماعية يشعرني بالرضا عن نفسي.					
28	أخبر الآخرين بما أنجزه من أعمال مميزة.					
29	تقدمي في عملي يقودني إلى إنجازات جديدة أخرى.					
30	أقدم مصالح الآخرين على مصلحتي الشخصية.					
31	أراجع تصرفاتي بعد مدة من الزمن.					
32	أعطي أكثر من فرصة للتلميذ الضعيف.					
33	أحكم على التلميذ من تصرف واحد.					
34	إذا سنحت لي فرصة عمل خارج نطاق التعليم أقومها قبل قبولها أو رفضها.					
35	أصح خطأي عندما أخطأ بحق الآخرين.					
36	أعطي لنفسي فرصة قبل إصدار الأحكام النهائية للأشياء.					
37	أحكم على تصرفاتي بعد أن أقومها.					
38	أشعر بالندم إذا ميزت بمعاملي بين التلاميذ.					
39	أضبط نفسي أمام إغراءات الحياة.					
40	أقتنع بما لدي من أشياء تتعلق بمفردات					

					حياتي.	
					إغراءات المال لا تؤثر على اتخاذ قراري.	41
					أسيطر على نزواتي من خلال قيادة العقل لتصرفاتي.	42
					أسيطر على رغباتي وتوجيهها لما هو مفيد.	43
					أستطيع تأجيل شراء بعض الأشياء التي تعجبني ولا أملك ثمنها في الوقت الحاضر.	44
					يعجبني أن أقد الآخرين أتمنى أن أمتلك ما يمتلكونه.	45
					أعتقد بأنني أستطيع الحصول على ما أريد إذا أستمريت بالمحاولة.	46
					أحاول أداء الواجبات في وقتها.	47
					أحرص على أن أكون أكثر التزاماً بالسلوك الاجتماعي المطلوب.	48