وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة بابل / كلية التربية للعلوم الانسانية
قسم العلوم التربوية والنفسية

التحكم الذاتي وعلاقته بالنسق القيمي لدى طلبة كلية التربية للعلوم الانسانية

بحث تخرج مقدم

الى مجلس كلية التربية للعلوم الانسانية – جامعة بابل هو جزء من متطلبات

نيل شهادة البكالوريوس في قسم العلوم التربوية والنفسية

تقدمت به الطالبة

نهى سالم عبيد لفته

إشراف

م.د.حيدر حسن كطان شمران

1445ه 2024م

بسم الله الرحمن الرحيم

﴿إنا نحنُ نحي الموتى ونكتب ما قدموا وآثارهم وكل شيءٍ أحصيناهُ في إمامٍ مبينٍ﴾

صدق الله العلي العظيم

سورة يس: الآية (12-11)

الاهداء

إلى من أفضلها على نفسي، ولم لا ؛ فلقد ضحت من أجلي ولم تدخر جهداً في سبيل إسعادي على الدوام (أمي الحببية)... نسير في دروب الحياة،

ويبقى من يُسيطر على أذهاننا في كل مسلك نسلكه صاحب الوجه الطيب، والأفعال الحسنة، الذي لم يبخل علي طيلة حياته والدي
العزيز) ...

إلى أصدقائي، وجميع من وقفوا بجواري وساعدوني بكل ما يملكون وفي أصعدة

كثيرة ..

أهدي لكم بحث تخرجي، وأتمنى أن يحوز على رضاكم.

الشكر والإمتنان

أتقدم بوافر الشكر وعظيم الامتنان إلى من لهم الفضل بإرشادي الى طريق العلم والمعرفة الى أساتذتي الأفاضل، لاسيما الأستاذ الدكتور حيدر حسن كطان شمران

المشرف على هذا البحث المتواضع والذي تابعني حتى اللحظة الأخيرة ..

والشكر موصول الى أساتذتي الأفاضل الذين نهلت منهم العلم والمعرفة فلهم مني جزيل الشكر وعظيم الامتنان.

وشكراً لأصدقائي وأحبتي ومن سهروا معي في مسيرتي العلمية، لقد كانت أيام جميلة قضيناها وعشناها معاً لحظة بلحظة، وأشعر وكأنها شريط يمر بمخيلتي عام بعد عام ويوماً بعد يوم، أشكركم بكل ما تحمله كلمة شكر من

معنى فهي تحمل من الشعور الكثير...

كما وأتقدم بالشكر الى عائلتي وعلى وجه الخصوص امي الحبيبة اطال الله في عمرها.

المستخلص البحث

استهدف البحث الحالي التعرف على العلاقة الارتباطية بين التحكم الذاتي والنسق القيمي لدى طلبة الجامعة، إذ اشتمل البحث على أربعة فصول ، تضمن الفصل مشكلة البحث واهمية البحث واهداف البحث وحدود البحث ومصطلحات البحث لكلا المتغيرين . وتضمن الفصل الثاني الاطار النظري حيث تضمن توضيح لكلا المتغيرين وأهم النظريات المفسرة له والدراسات ثم موازنه هذه الدراسات مع الدراسة الحالية أما الفصل الثالث تضمن إجراءات البحث متمثلا مجتمع البحث اي طلبة قسم العلوم التربوية والنفسية جامعة بابل ومن ثم اختارت الباحثة عينه عشوائية بلغت (40) طالب وطالبة كما أنه اتبع المنهج الوصفي في هذه الدراسة ، أما أداتا البحث فقد تبنت الباحثة مقياس (الفياض،2017) للتحكم الذاتي (الفياض،2017)النسق القيمي ، وتحققت الباحثة من ثبات صدق المقياس باستخدام الصدق الظاهري كما تم استخراج الثبات بطريقة التجزئة النصفية المتغيرين باستخدام معاملي الارتباط بيرسون وسبيرمان بروان ومن ثم كتابة اهم القوانين الاحصائية في هذا البحث

اما الفصل الرابع فقد تضمن عرض النتائج التي توصلنا إليها باستخدام مجموعة من القوانين الاحصائية وقد توصلت الباحثة إلى مجموعة من الاستنتاجات هي :

1-ان طلبة الجامعة لديهم تحكم ذاتي.

2-ان لجميع القيم اسهاماً دالاً في التحكم الذاتي

3-وتوجد علاقة ارتباطية بين التحكم الذاتي ومكونات النسق القيمي.

وقد أظهرت النتائج ان طلبة الجامعة وقد وجد أن جميع القيم في النسق القيمي تسهم في التنبؤ بالتحكم الذاتي،وأولها:قيمة تقديرالذات، ثم قيمة السلام، ثم القيمة الاخلاقية، وأخيراً القيمة الفكرية.

مستخلص البحث باللغه الانجليزيه

The current research aimed to identify the correlation between self-control and the value system among university students. The research included four chapters. The chapter included the research problem, the importance of the research, the objectives of the research, the limits of the research, and the research terms for both variables. The second chapter included the theoretical framework, which included an explanation of both variables and the most important theories explaining them and studies, then balancing these studies with the current study. The third chapter included the research procedures, represented by the research community, i.e. the students of the Department of Educational and Psychological Sciences at the University of Babylon, and then the researcher chose a random sample of (40) students. And a student. He also followed the descriptive approach in this study. As for the research tools, the researcher adopted the (Al-Fayyad, 2017) scale for self-control (Al-Fayyad (2017)) and the value system. The researcher verified the stability of the validity of the scale using virtual validity. The reliability was also extracted using the semi-split method using the variables. My coefficient

… Correlating Pearson, Spearman, and Brown and then writing the most important statistical laws in this research. The fourth chapter included presenting the results we reached using a set of laws. Statistics: The researcher reached a set of conclusions:

-1 - University students have self-control.

2 - All values have a significant contribution to self-control.

3 - There is a correlation between self-control and the components of the value system.

It is based on self-control, the first of which is the value of self-esteem, then the value of peace, then the moral value, and finally the intellectual value.

The results showed that university students found that all values in the value system contribute to prediction

فهرست المحتويات

المحتوى	الصفحة
الآية	أ
الاهداء	ب
الشكر وأمتنان	ت
مستخلص البحث	ث
ثبت المحتويات	ج
ثبت الجدول	ح
ثبت الملاحق	خ
الفصل الأول: التعريف بالبحث	
أولا:مشكلة البحث	**2**
ثانيا:أهمية البحث	**3**
ثالثا:أهداف البحث	**4**
رابعا:حدود البحث	**4**
خامسا:مصطلحات البحث	**4**
الفصل الثاني: أطار نظري ودراسات سابقة	
المحور الأول:الاطار النظري	**5**
أولا:التحكم الذاتي	**5**
نظريات التحكم الذاتي	**7**
1-نظرية التحليل النفسي	**7**
2-نظرية السلوكية	**8-7**
ثانيا:النسق القيمي	**10**
نظريات النسق القيمي	**11**
1-نظرية التحليل النفسي	**12-11**
2-نظرية السلوكية	**12**
3-نظرية المعرفية	**12**
المحور الثاني :الدراسات السابقة	
أولا: دراسات تناولت التحكم الذاتي	**13**
1-دراسة الخيري، (1993).	**13**

2-دراسة الشمري،(2012).	**13**
3-دراسة نصرت،(2014).	**13**
ثانيا:دراسات تناولت النسق القيمي	
1-دراسة صالح والبياتي، (١٩٨٥).	**14**
2- دراسة اليوسفي،(٢٠٠٦).	**14**
3-دراسة "الزهيري ، (٢٠٠٨).	**14**
المحور الثالث:موازنة الدراسات السابقة بالبحث الحالي	
1-الأهداف	**15**
2-العينات	**15**
3-الأدوات	**15**
4-الوسائل الأحصائية	**15**
5-النتائج	**15**
الفصل الثالث:منهجية البحث وأجراءاتة	
منهج البحث	**16**
مجتمع البحث	**16**
عينة البحث	**17-16**
أدوات البحث	**17**
1-التحكم الذاتي	**17**
الصدق الظاهري	**17**
ثبات المقياس	**17**
الصيغة النهائية للأداة	**17**
تصحيح الأداة	**17**
2-النسق القيمي	**18**
الصدق الظاهري	**18**
ثبات المقياس	**18**
الصيغة النهائية للأداة	**18**
التطبيق النهائي	**18**
الوسائل الاحصائية	**19**
الفصل الرابع:عرض النتائج وتفسيرها	

عرض النتائج وتفسيرها	**22-20**
الإستنتاجات	**22**
التوصيات	**22**
المقترحات	**22**

ثبت الجدول

الجدول	المحتوى	رقم الصفحة
1-	يوضح مجتمع البحث	**16**
2-	يوضح عينة البحث	**17**
3-	الهدف الأول	**20**
4-	الهدف الثاني	**22-20**
5-	يوضح العلاقة الارتباطية بين متغيري البحث	**22**

ثبت الملاحق

ت	الملحق	رقم الصفحة
1-	أسماء السادة الخبراء والمحكمين	**28**
2-	مقياس التحكم الذاتي بالصيغة الأولية	**30-29**
3-	مقياس التحكم الذاتي بالصيغة النهائية	**32-31**
4-	مقياس النسق القيمي بالصيغة الأولية	**34-33**
5-	مقياس النسق القيمي بالصيغة النهائية	**36-35**

مقدمه

ان العصر الذي يعيش فيه الإنسان يتسم بالتغير السريع والتقدم المذهل في شتى المجالات التربوية، والسياسية والاقتصادية، والمعلوماتية، ومع زيادة التقدم العلمي واتساع مطالب الحياة زادت حاجة الطلبة للتحكم بأفكارهم. و سلوكهم، وأفعالهم، اذ يواجه الطلبة صعوبة في تنظيم سلوكهم والسيطرة عليه وربما ينتج عن هذا الأمر بعض الاضطرابات في نسقهم القيمي يشكل الشباب الجامعي شريحة مهمة من المجتمع بوصفهم العمود الفقري الذي يسهم بشكل فعال في بناء المجتمع، من أجل ذلك فأن مفهوم التحكم الذاتي والنسق القيمي من المفاهيم النفسية المهمة التي تتصل اتصالاً وثيقاً بمظاهر السلوك الانساني وهي من المفاهيم الأساسية في تكوين شخصية الطالب الجامعي،حقيقة أن الطالب الجامعي يواجه تحديات كثيرة ويعيش أوضاعاً متقلبة تتمثل بالقلق وفقدان الأمل وزيادة الضغوط النفسية التي جلبتها الحروب وافرزها الاحتلال، وترك ذلك آثاراً سلبية في قيم الافراد وتحكمهم الذاتي.

أولا: 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 , **Sakharor**) (1990) التي أظهرت إن التحكم الذاتي بعد تكويناً منظماً (**Systematic Formation**) وبنية شخصية (**Personality Structure**) يرتبطان بتقويم الذات للانجاز، وتقدير الذات وضبط السلوك العدواني ، والضبط الانفعالي ، ودراسة كرال (1989) . **Kral**) التي بينت العلاقة بين ضبط الذات والحمية ، ودراسة سميث وآخرون (1987 . **Smith & Others**) لتأثير التحكم الذاتي في مجال التعليم والتحصيل الدراسي مقارنة بطلبة المدارس النموذجية ، ودراسة نيست وآخرون (1999) **Nist & Others**) التي تناولت إيجابية التحكم الذاتي برفع مستوى التحصيل الدراسي للطلبة وقد توصلت هذه الدراسات جميعاً في نتائجها إن أحدى 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 (النا فأن الاهتمام بالمرشدين والمرشدت 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 السلوك 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 منظروا التعلم الاجتماعي ان لدى الإنسان استعداداً فطرياً للتفكير المنطقي، والقدرة على التحكم الذاتي، وعلى الإنسان ان يستبصر الأمور من حوله فهو المسؤول عن صنع عالمه بيده ومسؤول كذلك عن المشكلة التي يعاني منها لأنه يمتلك نزعة انسانية لذلك، ويسهم بذلك الوعي التحكم بالسلوك والتحدث الى الذات، اذ ان ما يقوله الفرد لنفسه هو عامل رئيس لتوجيه سلوكه، والتعزيز الخفي أو الذاتي هو من تخيل الفرد للمعززات التي يرغب فيها، والتحدث الايجابي وتخيل المشاهد الايجابية، فأحد العوامل الأساسية المؤثرة في السلوك هو تخيل نتائجه بدءاً من اعادة تنظيم المجال الادراكي، واعادة تنظيم الافكار المرتبطة بالعلاقات بين الأحداث والمؤثرات البيئية المختلفة، أي التمثيل المعرفي لنتائج السلوك الخطيب ، ١٩٩٥ : ٢٥١ ـ ٢٥٥). ولغرض تنفيذ التحكم الذاتي يجب على الفرد الادراك بما تؤثر به العوامل في أفعاله، وكيف يمكنه تبديل هذه العوامل كي تحدث التغييرات التي يرغب بها, وان هذا الادراك أو الفهم يشترط على الفرد في الواقع أن يكون حاملاً لطبيعة العالم الشخصي، ويبدأ الشخص من خلال ملاحظة ما يجري, تحليل شخصيته واستعمال التقنيات ووسائل معينة لتغيير الاشياء المحددة مثل أنماط)**Mahone & Therson** 19) :1974(التفكير المنطقي أو البيئة الطبيعية كما ان للتحكم الذاتي مجموعة من المهارات التي يستعملها الفرد لغرض
التقليل والسيطرة على كثير من الأنماط السلوكية غير المرغوب فيها، وهي:

1- تأخير القيام بالسلوك المطلوب ضبطه.
2-الانشغال بأفكار تتعارض مع موضوع التحكم.
3-وضع الأهداف على شكل تحديات.
4- التفكير بالنواتج الإيجابية للتحكم.

٥-التفكير بالنواتج السلبية للتحكم.
6-استعمال النقد الذاتي نتيجة النجاح في التحكم الذاتي.
7-استعمال النقد الذاتي نتيجة الفشل في التحكم الذاتي
(العناني، ٢٠٠١ : ١٣٧ .13)تعد القيم انعكاساً لأنماط التنشئة الاجتماعية للأفراد وخلفياتهم الثقافية وتتشكل من خلال المؤثرات الثقافية والإطار الثقافي والاجتماعي الحاضن لها وتمثل قيم الفرد احدى المحددات المهمة لسلوكه، وان النظام القيمي للفرد ذو تأثير بالغ الاهمية في مدركاته، وعلى الاحكام التي تصدر من خلال تعامله مع المثيرات وإدراكه لها فهي تعمل كمحكات لهذه الأحكام وتؤثر بصورة مباشرة في الأنماط السلوكية التي تصدر من الفرد وقراراته تجاه الأشياء والأشخاص والموضوعات السهيلي ٢٠٠٩٠ : ٢٦). وتختلف القيم باختلاف المجتمعات الانسانية وثقافتها، وكذلك تختلف في المجتمع الواحد باختلاف ثقافته الجزئية و باختلاف طبقاته، وهي تتغير حسب ما يطرأ على المجتمع من تطور أو تغير، لأنها تُنسب الى معايير وثقافة مجتمع في زمن معين ونتيجة للظروف المحيطة بذلك المجتمع، (جابر، ٤ ١٩٦٨).لذا تتركز مشكلة البحث الحالي في الإجابة عن التساؤل الآتي: هل توجد علاقة بين التحكم الذاتي والنسق القيمي لدى طلبة الجامعة.

ثانيا: أهمية البحث:-
تحكم الذاتي من المتغيرات الشخصية المهمة التي تسهم في تحويل الإنسان من كائن سلبي تتحكم فيه النزعات الداخلية والتنبيهات الخارجية إلى كائن ايجابي فاعل يسيطر على كثير من اندفاعاته السلوكية والفكرية والانفعالية ، ويحقق المزيد من التكيف النفسي والاجتماعي ، وبذل مساع حقيقية للسيطرة على ذاته لتعديل عاداته ، والتحكم بنزعاته، وتحقيق الانجازات الشخصية بما فيه مصلحته ومصلحة الآخرين (مصطفى ، ١٩٩٨ (١٢) إن أحد المعالم الأساسية للتوافق النفسي الناجح هو إحساس الشخص بأن لديه القدرة على التحكم بسلوكه وبيئته وأفكاره ومشاعره، فعندما يدرك الفرد أن لديه القدرة على التحكم بسلوكه وأفكاره ومشاعره، يصبح أكثر قدرة على التعامل مع ضغط الحياة (الألوسي، ٢٠٠١: 51). والشخص المتحكم ذاتياً تكون لدية القدرة على اتخاذ قراره بنفسه وصياغة أهدافه التي يرغب في الوصول إليها ، والتغلب على الصعوبات والمعوقات التي تعترض هذا الهدف كذلك نراه أكثر إحتراماً في اتخاذ قرار في المواقف التي لها نتائج أفضل على المدى البعيد الخفاجي ، ٢٠٠٢ (٣). والتحكم الذاتي يشير الى عملية الضبط والاستقلالية الذاتية للأفراد الخاصة بأفعالهم عندما)**Paris & Paris** 2000 89(،يقومون بتوجيه، وتنظيم أفعالهم تجاه أهدافهم
ويشير مصطلح التحكم الذاتي ايضاً إلى الجهود المبذولة من الأفراد لتعديل أفكارهم و مشاعرهم، ورغباتهم، وسلوكهم في ضوء أهداف مستقبلية، ويتميز بإشرافه ذاتياً، وبصورة مستمرة على السلوك، ويتضمن ذلك قدراً من التعزيز الداخلي (**Higgins**, 2001 294)
وأما النسق القيمي يلعب دوراً مهما في حياة الأفراد والجماعة، فكلما تكامل وانتظم فأنه يؤدي إلى تكامل شخصية الفرد وتوازنها، ويؤدي التناقض في هذا النسق إلى اضطرابات سلوكية خطيرة، العاني ٢٠٠٠٠ (١).وتنتظم قيم الفرد والمجتمع في نسق أو سلم قيمي ترتبط فيما بينها وتترتب بحسب أهميتها ابتداء من القيم الالزامية وهي القيم التي تحضى بمكانة اجتماعية عليا وتفرض بقوى العرف والقانون، ثم القيم التفضيلية التي يشجع عليها أفراده للاقتداء والتمسك بها، وتأتي بالمستوى الثالث القيم المثاليةوالتي يطمح المجتمع ويحب أفراده الوصول اليها رغم استحالة تحقيقها المخزنجي ١٩٩٣ : ٢٦١-٢٦٢).أي ان القيم تترتب داخل النسق القيمي للفرد ترتيباً هرمياً، حيث تسيطر بعض القيم على

غيرها حسب أهميتها للفرد وطبيعة الظروف التي تحيط به، (دياب، ١٩٨٠: ٢٨) ويتكون النسق القيمي ويتغير نتيجة لعوامل كثيرة أهمها التنشئة الاجتماعية والظروف الاجتماعية المتغيرة، ومدى تمسك المجتمع والافراد بالقيم السائدة، (زاهر، ١٩٨٤ (٣٥)

ثالثا: أهداف البحث:-
يهدف البحث الحالي التعرف على :-
1-التعرف على التحكم الذاتي لدى طلبة الجامعة
2-التعرف على النسق القيمي لدى طلبة الجامعة
3-العلاقة الأرتباطية بين التحكم الذاتي والنسق القيمي لدى طلبة الجامعة

رابعا:حدود البحث:-
١-حدود معرفية: دراسة التحكم الذاتي وعلاقتة بالنسق القيمي لدى طلبة الجامعة
٢-حدود البشرية: (طلبة الجامعة)
٣- حدود مكانية : جامعه بابل كلية التربية للعلوم الانسانية قسم العلوم التربوية والنفسية (الدراسة الصباحية)
٤-حدود زمانية: للعام الدراسي (2024-2023)
خامسا: تحديد المصطلحات:-
أولا: التحكم الذاتي /
1-تعرف 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 ويتصب للمضاعفات التي قد تنجم عنها " رزوق ، 1977 ، ص (39).
2- يعرفه 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 ص (19).
3-أما مصطفى (1998) فيعرفه بأنه " - عملية السيطرة على الاستجابة السلوكية والمعرفية والانفعالية في مواقف مختلفة ومتباينة ينجم عنها تعزيز إيجابي للذات .
ثانيا: النسق القيمي/
1- العاني (٢٠٠٠): ترتيب منظم للقيم ويشمل القيم والمعتقدات والمثل والاتجاهات ويترتب على وفق أهميته من الأوطأ إلى الأعلى ويعمل كموجه لسلوك الفرد والجماعة" (العاني، ٢٠٠٠ (٨).
2- القس (٢٠٠١) مجموعة من القيم التي يتبناها الفرد، والتي تحكم سلوكه وتتفق مع بناته الشخصي وتتباين وظيفياً داخل اطار متدرج ومنتظم من القيمة الأقل أهمية إلى الأكثر أهمية (القس، ٢٠٠١ : ١٦)
٣- اليوسفي (٢٠٠٦) : " ترتيب هرمي من مجموعة المثل والمعتقدات والمعايير الخاصة على وفق الأفضلية لشخصية الفرد والجماعة

المحور الأول :الإطار النظري

1-التحكم الذاتي

تتجلى معطيات سيطرة الإنسان على بيئته في الوقت الحاضر بسبب ما توصلت إليه الحضارة من تطور علمي معرفي وتكنولوجي في مختلف الجوانب، وواجه الإنسان منذ العصور القديمة ومازال يواجه تحدياً آخر هو السيطرة على نفسه من أجل الحد من الكثير من السلوكيات والعادات الضارة (نحو العدوان والتحيز والانفعال مثلاً)، (بحر ، ٢٠٠٩: ٣١).

فمصطلح التحكم الذاتي يشير الى عملية الضبط والاستقلالية الذاتية للأفراد الخاصة بأفعالهم عندما يقومون بتوجيه، وتنظيم أفعالهم تجاه)**Paris & Paris**, 89: 2000(،أهدافهم

ويشير مصطلح التحكم الذاتي ايضاً الى الجهود المبذولة من الأفراد لتعديل أفكارهم ومشاعرهم ورغباتهم وسلوكهم في ضوء أهداف مستقبلية، ويتميز بإشرافه ذاتياً، وبصورة مستمرة على السلوك، ويتضمن ذلك قدراً من التعزيز)**Higgins**, 294: 2001(،الداخلي

وبعد التحكم الذاتي أحد أشكال اعادة التنظيم المعرفي، الذي يستهدف تدريب الفرد على تعديل أنماط التحدث للذات (**Self-Statement**)، وبعد ميكنبوم (**Meichenbaum**)، أول من طور هذا الأسلوب، اذ تبين له ان التخلص من مشكلة ما, يعني التخلص من التحدث الى الذات بطريقة انهزامية، وسلبية واستبداله بالتحدث الى الذات بطريقة ايجابية، ويقول ايضا في مناقشة الحوار الداخلي بأنه يسمح للفرد بالأشراف والتحكم بأفكاره، ورغباته ومشاعره وأنشطته، فيتم تفسيرها بأنها معرفية وادراكية (الخفاجي ٢٠٠٢٠:٩). كما ان التحكم الذاتي من الأساليب الاجرائية السلوكية التي تعد اقتصادية، اذ انها توفر الوقت والجهد على الفرد، لأن الفرد نفسه مسؤول عن تطبيق مثل هذه الاجراءات ليحكم سلوكياته بها، ولأن هذا الأجراء ينبع من رغبة الفرد الشخصية في مراقبة ذاته، والتحكم في سلوكياته غير الظاهرة مثل سلوكيات الوسواس القهري، العزة والهادي ، ٢٠٠١ : ١١٠).استراتيجيات التحكم الذاتي يذكر بوتلر (**Butler**, 1988)، انه على الرغم من اتفاق كثير من الدراسات على أن استراتيجيات التحكم الذاتي تتم بسرعة، وبطريقة آلية خارجة عن نطاق الشعور الا ان العلاقة المميزة للأداء الاستراتيجي تتمثل في الضبط الشعوري للأداء عند معالجة المهمات، (الشمري، ٢٠١٢ : ٨٨).

مظاهر التحكم الذاتي

هناك بعض المؤشرات التي تشير الى مظاهر و فاعلية الفرد في تحكمه في ذاته وهي:

١- يكون أصحاب المستويات المرتفعة من التحكم الذاتي أكثر نشاطاً من الآخرين فهم يحلون المهمات ويحددون أهدافهم ويضعون الاستراتيجيات المناسبة لتحقيق تلك الاهداف الشمري، ٢٠١٢: ٧٩)، كما يمكنهم التحكم في انفعالاتهم في حالة اذا اعيق تحقيق أهدافهم، والتركيز على ما يلزم فقط لتحقيق هذه الاهداف (نصرت ، ٢٠١٤: (٤٩).

٢- يقوم أصحاب التحكم الذاتي المرتفع بتوظيف دافعيتهم وارادتهم بنجاح في ضبط سلوكهم، ليتمكنوا من الاستمرار في التعامل مع المهمة رغم ما قد يواجههم من عقبات وصعوبات، (2) 1996 **Butler**)، كما أنهم يقومون بأكثر من عمل في الوقت نفسه عندما تكون هذه الاعمال بسيطة (أبو جادو، ٢٠٠٠: ١٤٨).

٣-ويمتلك ذوو التحكم الذاتي المرتفع قدرة على ملاحظة الاخطاء والاستفادة من حالات الفشل في تعديل السلوك بالاعتماد على التغذية الراجعة (**Glaser**, 1996:6).

٤- كما أنهم يمتلكون قدرة على تقدير النتائج المستقبلية المترتبة على الأعمال التي ينوون القيام بها، (نصرت، ٢٠١٤ 63)
٥- ولديهم ايضاً قدرة على تأجيل الانشطة التي تؤدي الى تحقيق الاشباع للفرد كي يصبح قادراً على ممارسة تلك الانشطة وجني أكبر قدر ممكن من ثمارها، نفس المرجع السابق) ولكي تظهر هذه المؤشرات لا بد من توافر مجموعة من القدرات من بينها القدرة على كف العمل، والقدرة على تأجيل الاشباع، والقدرة على التخلص من الاحباط والقدرة على تكيف السلوك ليتوافق مع الموقف (الوائلي، ٢٠١٣ (٢٩).

أبعاد التحكم الذاتي:-

أولاً : بعد التحكم الانفعالي:ويعني إدارة الفرد الانفعالاته بشكل يساعده ولا يعوقه، والقدرة على تأجيل اشباع حاجاته، (**Dulewiecz &** (هيجيس، 1999: 92)ويتمثل التحكم الانفعالي بقدرة الفرد في السيطرة على انفعالاته عند تعامله مع الضغوط الاجتماعية ومواقف الحياة بصورة عامة، فهناك الكثير من المواقف . ويتطلب التحكم الانفعالي معرفة الفرد الحدود امكانياته ويتعرف بموجبها ما يتناسب معها، وان يمتلك القوة الكافية للسيطرة على نفسه، وتوجيه دوافعه بحيث يكون قادرا على ضبط انفعالاته والتحكم بها ، (العبيدي، ١٩٩١ (١٠).ويؤكد الحميري ، (٢٠٠٥) ذلك، حيث يرى أن ادراك الفرد لقدراته يمكنه من السيطرة على انفعالاته ليكون أكثر توافقا مع بيئته، (الحميري، ١٦:٢٠٠٥).ويرى باندورا (1977) **Bandura** ان الفرد يمكنه السيطرة على استجاباته الانفعالية من خلال استعمال عبارات التحدث للذات والأساليب المعرفية، وان الفرد اذا ما تمكن من السيطرة على انفعالاته تصبح له القدرة على الادارة والتخطيط الناجح لمستقبله،(الشمري، ٣٠ ٢٠١٢ -٣١)

ثانياً: بعد التحكم بالأفعال:هو قدرة الفرد في السيطرة على سلوكياته، والتعامل مع الأحداث الخارجية بطريقة ايجابية معتمدا على قدراته الذاتية،والتصرف بشكل يناسب معايير المجتمع وقواعده فيما يتعلق بالصواب والخطأ. ويتمثل التحكم بالأفعال بسيطرة المرء على أفعاله في كل حالة تناقض واضح مع الافعال المنساقة مع الغرائز،وتجنب السلوكي، وتحقيق التوازن بين الاندفاعات الداخلية والخارجية وبالتالي تحقيق الاهداف المنشودة الشمري، (٢٠١٢: ٣٠-٣١). ويتطلب التحكم بالأفعال، احداث تغيير في سلوك الفرد عن طريق احداث تعديلات في العوامل الداخلية والخارجية المؤثرة في هذا السلوك (حمدي، ١٩٩٢: ١١)

ثالثاً: بعد التحكم بالأفكار:

التفكير هو احد ميزات النوع البشري, فالأنسان هو الكائن الوحيد القادر على توليد الافكار والاستنتاج والتعبيرعن نفسه.والأفكار هي أي نوع من أنواع المعرفة العلمية والانسانية، والتي يكتسبها الفرد من الحياة، . فالتحكم بالأفكار هو قدرة الفرد على اتخاذ القرار الصائب لأفكار متعددة ومتنوعة نحو هدف معين.ويرى روجرز ، ١٩٨٦ أن الفرد يمكنه التحكم عقلانيا في ذاته وان يتحول من الأساليب غير المرغوبة إلى الأساليب المرغوبة في تفكيره،(شلال، ٢٠١١: (١١)

اولا :النظريات التي تناولت التحكم الذاتي/

1- نظرية التحليل النفسي:-بعد فرويد أول من أكد وعي الفرد بالحوادث التاريخية الانفعالية التي يمر بها، والتي تؤدي الى تغييرات مباشرة في سلوكه، ويرى ان الاستبصار والوعي يشيران الى قدرة الفرد على الوعي بتشكيل شخصيته، ابراهيم ، ١٩٩٣ : ٣٥٤). مفهوم الوعي والاستبصار وضعهما فرويد ما قبل الشعور، وهو مخزون كل الذكريات والمدركات الحسية، والأفكار وما شابههما من الاشياء

التي لا نعيها في اللحظة، ولكن يمكننا بسهولة نقلها الى الوعي، ففي الحالة التي يشرد فيها ذهن الفرد يبدأ بالتفكير في شخص ما، تبدأ مادة ما قبل الشعور تسترجع و تدخل في الشعور وهو الجزء الأكثر أهمية بالنسبة لفرويد في التحكم الذاتي، أما اللاشعور فهو بؤرة أو مركز نظرية التحليل النفسي الذي يحتوي في أعماقه المظلمة على الغرائز والرغبات والأماني التي توجه سلوكنا، وهذا المستودع القوي لا نستطيع رؤيته والسيطرة والتحكم فيه، (شلتر ، ١٩٨٣ : ٣٣) وأستعمل فرويد فكرة الانا بصفتها بنية التفكير المنطقي الواقعي المحكوم بما هو مدرك حول الفرد والانا من خلال هذه العملية تختار ما تريد ثم تحاول تنفيذ ذلك في الواقع لتختبر مدى قدرة هذه العملية العقلية على الاشباع، داوود والعبيدي، ١٩٩٠ : ٨٨). **Karoly &Kanfer**, 1982 (، فمن وظائف الأنا التحكم الذاتي، وتأجيل الاشباع، وتحمل التوتر -(:7-6 فانخفاض قوة الاثا يتضمن نقصاً في كبح الذات والسيطرة على البيئة، ونقصاً في الوعي المعرفي الذي يعوق قدرة الفرد في معالجة المشكلات غير المألوفة والعقبات التي يواجهها الفرد، (عبد الخالق ، ١٩٨٣ : ٣٤٢). كما أكد فرويد على الملاحظة الذاتية، وهي أحد أساليب التحكم الذاتي، (الخفاجي ٢٠٠٢٠ :٢٤). أما هورني فتعزو التحكم الذاتي الى ميول كامنة للاحتفاظ بالاندفاعات المتصارعة تحت تأثير الصراع، وترى ان الميل نحو التحكم الذاتي المفرط يمكن أن يكون قوياً جداً في أصعب الظروف، وتضيف هورني، أن الاشخاص الذين لديهم هذه القوة في التحكم الذاتي يواجهون الصراعات علناً، ولن يطمسوها ويحافظون على الصراعات بشكل متوازن، اذ لن تطفى اي مجموعة متصارعة على الأخرى وبذلك يكونون كتلة متماسكة بصورهم المثلى، (هورني ، ١٩٨٨ : ٩٣).

2-النظرية السلوكية:-

تؤكد النظرية السلوكية العلاقة بين تصرفات الشخص وبيئته في التحكم الذاتي، علماً ان الدافعية، والتاريخ السابق، والتعلم تؤثر كذلك في التحكم الذاتي، ويبين كولد اموند (**Gold) Imond**, 1965)، وجود علاقة وظيفية بين السلوك والبيئة من خلال صياغة تشير الى ان سلوك الشخص هو دالة بيئته، (بحر ٢٠٠٩ : ٥١). ويؤكد سكنر أهمية التعزيز في تشكيل سلوك الفرد، ويرى بأن أكثر السلوك الملاحظ على الأفراد انما اكتسبوه من خلال التعزيز بشكل أو بأخر، العاني (١٩٨٩ : ٧٥). وقد شرح سكنر التحكم الذاتي بلغة الافراط في التعزيز ، بدلاً من كونه شعوراً أو وعياً داخلياً، (عبد الرحمن ١٩٩٨ : ٥٥٨). اذ يرى ان تحكم السلوك يتم اختيار المعززات وتحديد سرعة تعزيزها، وهذا يعني أن سلوك الإنسان محكوم بطبيعة التعزيزات التي يواجهها ، (صالح ١٩٨٨ : ٢٢٢) وينظر سكنر إلى عملية التحكم الذاتي بوصفها شكلاً من أشكال تعديل السلوك الذي يحدث عن طريق تغيير العوامل التي جاء هذا السلوك نتيجة لها، والناس يتحكمون بأنفسهم لأن المجتمع يعزز ذلك، فالقوانين الاجتماعية بما تحمله من ثواب وعقاب موجهة نحو تشكيل التحكم الذاتي لدى الأفراد،(حمدي ، ١٩٩٢ : ١٣).

وقد أكد سكنر ان التحكم الذاتي هو عملية يقوم بها الشخص بإستجابة تغير احتمالية حدوث استجابة اخرى و أول هذه الاستجابات يمكن تسميتها بالاستجابة المسيطرة، والأخرى)**Kanfer&Seidner**, 1973389 ،بالاستجابة المسيطر عليها

و وفقاً لما تقدم يتبين أن الأفراد من خلال سيطرتهم على بيئتهم يسيطرون منها على أنفسهم فالفرد نفسه يخضع السيطرة بيئته ، وكذلك الأمر بالنسبة للبيئة الاجتماعية، فالفرد يستطيع أن يضبط نفسه عن طريق استغلاله للعالم الذي يعيش فيه، وتطور الحضارة في الحقيقة هو نوع من التدريب الجبار على التحكم الذاتي سكنر ١٩٨٠٠ : ٢٠٤-٢٠٥) فهناك تفاعل متبادل بين أنظمة التحكم الذاتي والتحكم

الخارجي، فعملية التفاعل هذه ومدى امكانية الفرد في السيطرة على المتغييرات الخارجية تعزز بحد ذاتها درجات مختلفة من التحكم الذاتي لدى الفرد (**Therson & Mahone**(15-14:1974

مناقشة النظريات السابقة :-

ترى الباحثة أن الاتجاهات النظرية التي تم عرضها قامت بتفسير التحكم الذاتي وفقاً للمسلمات الأساسية لكل نظرية فنظرية التحليل النفسي أكدت في تفسيرها للتحكم الذاتي على الانا بوصفها بنية التفكير المنطقي الواقعي المحكوم بما هو مدرك في البيئة، حيث يرى فرويد أن من وظائف الأنا التحكم الذاتي، حيث تقوم الأنا باختيار ما يريده الفرد ثم تحاول تنفيذ ذلك في الواقع، ويرى فرويد ان لقوى اللاشعور تأثيراً في شخصية الفرد وسلوكه وبالتالي التحكم الذاتي، اما النظرية السلوكية فقد ركزت على الفرد في تفسيرها للتحكم الذاتي، وترى أن الفرد اذا ما سيطر على بيئته فأنه يسيطر على نفسه، وأن التحكم الذاتي يتم من خلال التعزيز والعقاب وبهذا اتفقت نظرية التحليل النفسي مع النظرية السلوكية في أن الفرد يتحكم في ذاته من خلال سيطرته على بيئته والتعامل معها من خلال استراتيجيات تأجيل الإشباع والتعزيز.

2-النسق القيمي

مفهوم القيم

لقيم جذور فلسفية قديمة، فأول من استعملها ودعا إلى نشرها هو هولتز (**Holtze**) وريتشل (**Retshel**)، وقد نجم ذلك نجاح نيتشه (**Nietzsche**)، في إشاعة كلمة القيمة بين المثقفين (الرشدان، ١٩٩٩: ١٥٧).عن وقد كثرت وجهات نظر المفكرين والفلاسفة وعلماء النفس في وضع مفهوم محدد للقيم اذ وضعت تعاريف متعددة للقيم، ويرجع ذلك إلى اتساع معناها، فهناك من ينظر للقيم على انها مجرد اهتمامات أو رغبات للأفراد، وهناك من ينظر الى القيم على انها معايير مرادفة الثقافة المجتمع، العاني ٢٠٠٠٠:١٢).وما زاد في غموض معناها ربطها بعدد كبير من المصطلحات النفسية كالاتجاهات والرغبات والحاجات، والمعايير، ومصطلحات علم الاجتماع كالاهتمامات والحقوق، والاهداف وغيرها من المصطلحات عبد الباسط ١٩٧٠ : ١٠٦). وتعد القيم في نظر بعض الباحثين موجهات للسلوك فهي مجموعة القوانين والمقاييس التي تنبثق من جماعة ما وتكون بمثابة موجهات للحكم على الأعمال والممارسات المادية والمعنوية، ويكون لها من القوة والتأثير في الجماعة بما لها من صفة الضرورة والالزام والعمومية، واي خروج عليها أو انحراف عنها يصبح بمثابة خروج عن أهداف الجماعة ومثلها العلياء (القيسي ١٩٩٠٠ : ٣٢٢). والقيم هي معايير اجتماعية، وهي أحكام عامة تنال قبولاً من المجتمع ، وهي التي توجه خط سير الفرد. والواقع أن لكل مجتمع معاييره وقيمه التي تتوقف على ظروفه وأحواله ، وهي تمثل محكاً يقيس السلوك الاجتماعي للفرد والجماعات ، (عبد الباسط ١٩٧٠ (١١٥) وتعد القيم انعكاساً وأنماط التنشئة الاجتماعية للأفراد وخلفياتهم الثقافية وتتشكل من خلال المؤثرات الثقافية

والإطار الثقافي والاجتماعي الحاضن لها وتمثل قيم الفرد احدى المحددات المهمة لسلوكه، وإن النظام القيمي للفرد. ذو تأثير بالغ الأهمية في مدركاته، وعلى الأحكام التي تصدر من خلال تعامله مع المثيرات وادراكه لها، فهي تعمل كمحكات لهذه الاحكام وتؤثر بصورة مباشرة في الأنماط السلوكية التي تصدر من الفرد وقراراته تجاه الأشياء والأشخاص والموضوعات السهيلي ٢٠٠٩٠ :٢٦).

وتختلف القيم بإختلاف المجتمعات الانسانية وثقافتها، وكذلك تختلف في المجتمع الواحد بإختلاف ثقافته الجزئية وبإختلاف طبقاته، وهي تتغير حسب ما يطرأ على المجتمع من تطور أو تغير، لأنها تنسب إلى معايير وثقافة مجتمع في زمن معين ونتيجة للظروف المحيطة بذلك المجتمع، (جابر، ١٩٦٨ (٤).
وتعمل القيم كدوافع توجه سلوك الفرد أي ان القيم التي يتبناها الأفراد تعد عوامل مهمة لسلوكهم، أي عندما يختار الفرد سلوكاً فأنه يساعده على تحقيق بعض قيمه مما يؤثر بدوره في تكوين العلاقات البشرية في المجتمعات المختلفة زاهر، ١٩٨٤:١٩ - ٢٠)
وفي ضوء ذلك تشير الدراسات والبحوث الى أن النظام القيمي للفرد له وظيفة دافعية تحرك طاقاته وتوجه)**Findling**, 121: 1971(،نشاطه نحو تحقيق الأهداف المحورية في حياته وبذلك تعد القيم من أهم المحاور التي تشكل السلوك وتتحكم به، فالاحكام التي يصدرها الأفراد نحو المواقف أو الأشخاص أو الموضوعات ماهي الا انعكاس لنظامهم القيمي.
تصنيف القيم:
أولاً : التصنيف على اساس عمومية القيمة
اي على اساس مدى وجودها وانتشارها في المجتمع، فهي عامة اذا كانت لها درجة عالية من الانتشار والشيوع وخاصة اذا ارتبطت بفئة معينة من أفراد هذا المجتمع كرجال الدين، أو رجال السياسة.
ثانياً : التصنيف على اساس موضوع القيمة
كالقيم الفردية أو الشخصية كالأشياء التي يعجب بها الشخص، والسمات الشخصية وكذلك قيم الجماعة، كإقامةعلاقات مع الآخرين وتكوين الصداقات.
ثالثاً : التصنيف على أساس ما تحققه القيمة من فائدة لمتبنيها وتقسم إلى عدة قيم منها :
قيم مادية وجسمية كالصحة والراحة والأمن الجسمي.قيم اقتصادية كالانتاجية، والأمن الاقتصادي.- قيم اخلاقية كالأمانة والعدالة.قيم مهنية كالنجاح المهني.- قيم وجدانية كالحب، وتقبل الآخر.
رابعاً : التصنيف على اساس القيم الوسيلية - الغائية
فالقيم الوسيلية هي بمثابة الأدوات والوسائل التي يستخدمها الفرد لتحقيق أهداف وغايات بعيدة.
خامساً : التصنيف على اساس توجه القيم
القيم المتجهة نحو الذات : مثل النجاح، والخصوصية.- القيم المتجهة نحو الآخرين كالعدالة الاجتماعية، والقيم الوطنية. (خليفة، ١٩٩٢: ١١٨ (١١٩).

خصائص القيم
١-تتميز القيم بأنها ذاتية، حيث انها تتعلق بالطبيعة الانسانية والسايكلوجية للانسان والتي تشمل الميول والعواطف والرغبات وغيرها من العوامل النفسية.
٢- تتميز القيم بالنسبية، أي تختلف من شخص لآخر ومن ثقافة لأخرى، بل انها تختلف عند الشخص الواحد حسب حاجاته ورغباته وميوله. تترتب القيم فيما بينها ترتيباً هرمياً، ويعني ذلك أن بعض القيم تسيطر على غيرها او تخضع لها، فنجد الفرد يحاول أن يحقق قيمه جميعها ولكن اذا حدث تعارض بينها فأن بعضها يخضع للبعض الآخر وفقاً للترتيب الخاصبه
٣- تتصف القيم بالثبات النسبي في المحافظة، كما أن القيم تعمل كموجهات للسلوك والقيم التي يتبناها الفرد شعورياً منذ طفولته ويرتبط بها وجدانياً يصعب عليه التحرر منها، الجمال، ٢٠١٣ (٢).

ثانياً : النسق القيمي
بعد النسق القيمي للفرد اساساً مهماً يوجه حياته، فهو يعمل على ضبط السلوك الاجتماعي والتوافق أما النسق القيمي للفرد اساساً مهماً يوجه حياته، فهو يعمل على ضبط السلوك الاجتماعي والتوافق النفسي، فالشخص الملتزم بنمط قيمي معين يساعده على تنظيم
)**Kaplan**, 1965:9(،وتوجيه سلوكه والفرد يتبنى نسقه القيمي بناء على استعداداته، وتفاعله مع الآخرين، وما يلقاه من تشجيع وتدعيم، أو كف واحباط حيال القيم، (خليفة ، ١٩٩٢ : ٧٥).
وان اكتساب الفرد لنسقه القيمي يمر بمراحل مختلفة، حيث ان الفرد يتبنى قيمة معينة ثم يقوم بأعادة توزيعها ضمن إطار نسقه القيمي، ثم يلي ذلك اتساع مجال عملها داخل البناء العام للقيم لديه، فالقيمة التي يتعلمها يحدث لها نوع من التداخل)**Rokeach**, 194: 1973(والانتظام في بناء نسق القيم لديه فالنسق القيمي يلعب دوراً مهما في حياة الأفراد والجماعة، فكلما تكامل وانتظم فأنه يؤدي الى تكامل شخصية الفرد وتوازنها، ويؤدي التناقض في هذا النسق الى
اضطرابات سلوكية خطيرة، العاني ٢٠٠٠٠ (١). وتنتظم قيم الفرد والمجتمع في نسق أو سلم قيمي ترتبط فيما بينها وتترتب بحسب أهميتها ابتداء من القيم الإلزامية، وهي القيم التي تحظى بمكانة اجتماعية عليا وتفرض بقوى العرف والقانون، ثم القيم التفضيلية التي يشجع عليها أفراد للأقتداء والتمسك بها،وتأتي بالمستوى الثالث القيم المثالية والتي يطمح المجتمع ويحب أفراده الوصول اليها رغم استحالة تحقيقها المخزنجي ١٩٩٣ : ٢٦١-٢٦٢). أي ان القيم تترتب داخل النسق القيمي للفرد ترتيباً هرمياً، حيث تسيطر بعض القيم على غيرها حسب أهميتها للفرد وطبيعة الظروف التي تحيط ب دياب، ١٩٨٠: ٢٨) ويتكون النسق القيمي ويتغير نتيجة لعوامل كثيرة أهمها التنشئة الاجتماعية والظروف الاجتماعية المتغيرة، ومدى تمسك المجتمع والافراد بالقيم السائدة، (زاهر، ١٩٨٤ (٣٥).
اكتساب نسق القيم على الرغم من أهمية دراسة العمليات والآليات التي يكتسب من خلالها الأفراد قيمهم، وكيف تتغير، وماهي الظروف التي يحدث في ظلها هذا التغيير فأن هذه الجوانب لم تقل الاهتمام الكافي كما أشار الكثير من الباحثين في هذا الميدان، (خليفة، (١٩٩٢ (٧١) فالوقوف على الصيغة الأساسية التي يكتسب في ظلها الافراد انساق قيمهم ما زال امراً يتعامل معه الباحثون من منظور التعقيد، وبالتالي العمومية الشديدة التي يعجز المرء من خلالها عن الوقوف على ديناميات عملية الاكتساب لدى الافراد والجماعات (حسين، ١٩٨٢: ٢٥). ويرى ريشر (**Resher**) ان عملية اكتساب القيم هي العملية التي يتبنى الفرد من خلالها مجموعة)**Resher**, 1969:111(معينة من القيم، مقابل التخلي عن قيم اخرى ويضيف ريشر بأن اكتساب الفرد لقيمه يمر بمراحل مختلفة، حيث يتبنى الفرد قيما معينة، ثم يعيد توزيع هذه القيم و يعطيها وزنا معينا، ثم يلي ذلك اتساع مجال عملها داخل البناء العام للقيم، (خليفة، ١٩٩٢: ٧٢) .

وظائف النسق القيمي:
1- ربط اجزاء الثقافة في مجتمع ما بعضها مع البعض الآخر، اذ انه يربط العناصر المتعددة للمجتمع والنظم حتى تبدو متناسقة، كما انه يعمل على اعطاء هذه النظم اساساً عقلياً يستقر في ذهن اعضاء المجتمع المنتمين الى هذه الثقافة (خليل، ١٩٩٦:٤٩). تبدو أهمية النسق القيمي للفرد في قدرته على

الفساح المجال لتطوير توقعاته المستقرة عن سلوك الآخرين من اداء الالتزامات المختلفة الخاصة بأدوارهم نفس المرجع السابق). يعمل النسق القيمي بمثابة كوابح أو روادع داخلية للسلوك لمنع تجاوز حدود معينة تهدد الكيان الاجتماعي الأكبر أي تمارس دوراً كبيراً لتحقيق الضبط الاجتماعي (257) : (**Symour**, 1987).

2- للنسق القيمي ارتباط ذهني وعاطفي بشخصية الانسان اذ ان الشخصية في نظامها وتركيبها تتكون في سنواتالطفولة المبكرة، حيث أن القيم تتشرب بنفسية الفرد مثلاً مع مرور الزمن وتتحول الى اتجاهات ومواقف فكرية وانفعالية خاصة بالفرد، (سليم، ١٩٨١: ٩٠٣)

أبعاد النسق القيمي

أولا : قيمة تقدير الذات:هي الصورة التي يكونها الفرد عن نفسه والتي تشمل المشاعر والتفكير والاتجاهات، ومن خلال هذه الصورة ينظرالفرد الى تقديره لذاته هل هو عالي ام منخفض وتمثل هذه القيمة بعداً مهماً من أبعاد الشخصية، والتي تتمثل بالتقويم العام لذات الفرد كلياً بخصائصه العقلية، والاجتماعية، والانفعالية، والاخلاقية، والجسدية وياهميتها (ابو جادو، (٢٠٠٥ (٥٢).

ثانياً : قيمة السلام:تتمثل بالعلاقات بين الاشخاص والمجتمع والتي يسودها الاحترام والحب والسعادة ، وتعد هذه القيمة أهم قيم الحياة وغايات الشعوب.

ثالثاً : القيمة الاخلاقية:ان الاخلاق هي من الصفات النفسية التي تحدد في ضوئها كيف ينبغي أن نكون وكيف نتصرف، وكيف نتعامل في حياتنا الاجتماعية، وكيف يتصرف بعضنا مع البعض الآخر،ولابد من أن تمتلك القيم الاخلاقية الابعاد الاجتماعية لتكون عاملاً واضحاً في العلاقة بين الفرد والمجتمع للمجالات الثقافية والدينية والسياسية.

رابعاً : القيمة الفكرية:تمثل هذه القيمة ما يمتلكه الشخص من قدرات معرفية وقدرته على توظيفها بالمعرفة العلمية الواقعية، وان هذه القيمة تمكن الشخص من الوصول إلى ما يريده من غايات وتحقيق أهدافه.

النظريات التي تناولت النسق القيمي.

1- نظرية التحليل النفسي:-

يرى المحللون النفسيون أن تكوين القيم يسير بالتوازي مع التكوين النفسي الجنسي، وطبقا لتصور فرويد فأن الطفل يكتسب أناه الاعلى من خلال ما أسماه بالتوحد مع الوالدين، فيقوم الوالدان بدور ممثلي النظام، فهما يعلمان الطفل القواعد الاخلاقية عن طريق مكافأة الطفل عندما يفعل ما يجب عليه فعله, كما أنهما يعاقبانه عندما يخطئ فيما يجب عليه هول و لندزي (١٩٧١ (٦٥).ويرى فرويد ان قيم الطفل يتم اكتسابها خلال السنوات الخمس الأولى من عمره عندما يتوحد مع أحد الوالدين ويتمثل به (الحلفي ١٩٩٨ (٢٦). وان عملية التوحد هذه قائمة على علاقة الحب بين الطفل ووالديه، ولذا اذا لم تكن هناك علاقة حب فأن الطفل لا يمتص معايير المجتمع، وعليه تتغير قيمه بما يشبع لذاته وحاجاته العاجلة، وبعبارة أخرى ان الانا الأعلى لا تستطيع ان تقوم بكف دفعات الهو واقناع الانا باحلال الاهداف الاخلاقية محل الاهداف الواقعية، والعمل على بلوغ الكمال، فيبدأ الفرد التعبير عن حاجاته وفقاً لمبدأ اللذة والبحث عن الاشباع، هول ولندزي ١٩٧١ : ٢١٠-٢١٢). اذا فالقيم تختزن في الجزء المثالي للشخصية، والذي يتسم بالصرامة، فالنسق القيمي للراشد يعبر عما يمثله الفرد من قيم ومعايير المجتمع الملزمة ويتدخل في ذلك عدد من المحددات، والاهتمامات والتفضيلات والاختيارات التي تنطوي على رغبة في استجلاب كل ما هو ايجابي من قيم واقعية والابتعاد عن كل ما هو سلبي، (محمد، ١٩٨٢: ٦٠

2- النظرية السلوكية:

يتفق أصحاب هذه النظرية على أن الأفراد يغيرون في قيمهم وأحكامهم وسلوكهم وفقا لما يترتب على سلوكهم من احساس بالمتعة أو الاشباع نتيجة المكافأة، أو الاحساس بعدم الاشباع والالم نتيجة العقاب الحلفي، ١٩٩٨ : ٤٠) ويرى السلوكيون ان التعزيز الايجابي يعزز السلوك القيمي المرغوب فيه ويتكرر في المواقف المشابهة، أما التعزيز السلبي فيعمل على اضعاف السلوك القيمي غير المرغوب فيه فيغير الافراد في قيمهم كي يتجنبوا القلق والخوف والعقاب، نشواتي، ١٩٨٤ : ٤٨١). وقد يؤدي التعزيز السلبي لسلوك قيمي مرغوب فيه و احداث وتقوية السلوك)**Freedman**, 208) 1978(،المرغوب فيه، فيغير من نظرة الافراد نحو العالم وأستعمل السلوكيون مصطلحات التدعيم الايجابي والتدعيم السلبي في وصفهم العملية اكتساب القيم، اي انهم يتعاملون مع القيم على انها اما ايجابية واما سلبية، (خليفة ، ١٩٩٢ (٨٨)اي ان النظرية السلوكية اقتصرت على السلوكيات التي يكافأ أو يعاقب عليها الفرد في اكتساب القيم، الا انه يجب ان يؤخذ بعين الاعتبار كما يرى ماكيني (**Mckinney**) ما يسمى بـ أنماط التحاشي)، والذي يقوم تصوره لعملية اكتساب القيم

في ضوء بعدين رئيسين هما :

1- التدعيم(ويتضمن المكافأة والعقاب).

2-التوجه السلوكي(ويتضمن التوجه الناهي، والتوجه الأمر).

3- النظرية المعرفية:

ارتبط هذا المنحى بأسم جان بياجيه ومعاونيه ، الذين يرون أن اكتساب القيم وارتقاءها يقومان على اساس التغيير في الابنية المعرفية عبر مراحل العمر المختلفة وان هذا التغيير في الابنية المعرفية يتضمن جانبين هما :

الأول : اعادة تنظيم العمليات المعرفية.

الثاني : الظهور المتتالي لبناءات وعمليات جديدة.

ويرى بياجيه ان التغيير في الابنية المعرفية يصاحبه تغيير في تفكير الفرد من العيانية الى التجريد، وأوضح ان ذلك يؤثر في الارتقاء الوجداني وعلى نسق القيم الذي يتبناه الفرد، والذي يمكن ان يكون ايضاً عيانياً أو)**Piaget**, 404-395 :1982(،مجرداً وان هذا التغيير وهذه التحولات في الابنيةالمعرفية تتطلب من الفرد اساساً من الخبرة الاجتماعية والنمو المعرفي، بمعنى أن القيم تتأثر بكثير من العوامل كالقدرات المعرفية والظروف أو التغييرات الثقافية، وأساليب التنشئة الاجتماعية، والتربية الخلقية (الحلفي،١٩٩٨:٣٨)

لمحور الثاني :الدراسات السابقة

أولا: دراسات تناولت التحكم الذاتي.

1 - دراسة الخيري، (١٩٩٣):-

التحكم الموجه للذات وعلاقته بالتنبؤ بقصد المساعدة لدى طلبة الجامعة هدفت الدراسة الى بناء مقياس للتحكم الموجه للذات ومعرفة مدى اسهامه في التنبؤ بقصد المساعدة نزعة الفرد للمساعدة وسلوك المساعدة الفعلي، ومعرفة التحكم الموجه للذات والفروق في التحكم الموجه للذات على وفق متغيري الجنس والتخصص، وقد بلغت العينة (٣٠٠) طالب وطالبة من طلبة جامعة بغداد، وقد استعملت الباحثة مقياس (سنايدر، ليونكس وولف المراقب

ة الذات، واستعملت الباحثة الوسائل الاحصائية الآتية : الاختبار التائي المتوسط الحسابي و تحليل الانحدار والتحليل العاملي، معادلة ارتباط بيرسون، ومعادلة الفا كرونباخ واعادة الاختبار لإستخراج الثبات، وقد أظهرت

عينة بناء المقياس ثلاثة مجالات للتحكم الذاتي هي :

1- تحكم الفرد بحضوره الاجتماعي.

2-التحكم بالحالة الانفعالية.

3-الانشغال الزائد بالآخرين.

وقد أظهرت النتائج أن لدى طلبة الجامعة تحكماً موجهاً للذات، وان المتغير الأكثر إسهاما في التنبؤ بقصد المساعدة هو مجال التحكم بالحالة الانفعالية وأظهرت النتائج أيضا وجود فروق بين الجنسين في مجال التحكم لمصلحة الذكور, الخيري ، ١٩٩٣ : ٥٧ - ٦٦).

٢- دراسة الشمري ، (٢٠١٢):-

هدفت الدراسة الى معرفة توجهات أهداف الإنجاز وعلاقتها بالتحكم الذاتي، ومعرفة مستوى التحكم الذاتي، وقد بلغت العينة (٤٤٠) طالب وطالبة من طلبة جامعة بغداد وقد قام الباحث ببناء مقياس توجهات أهداف الانجاز، وقد تبنى مقياس (**Gibbs**,1988) في التحكم الذاتي والذي تم تكيفيه للبيئة العراقية، وبعد جمع البيانات ومعالجتها احصائياً توصل الباحث الى النتائج الآتية :

1- ان مستوى الطلبة في التحكم الذاتي اعلى من المتوسط الفرضي.

2-ان هنالك فروقا معنوية في التحكم الذاتي بين الذكور والاناث لمصلحة الاناث

3- أن هناك فروقا معنوية في التحكم الذاتي بين طلبة التخصص علمي - إنساني)المصلحة طلبة التخصص العلمي.

4-ان هناك علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين توجهات أهداف الانجاز والتحكم الذاتي الشمري، ٢٠١٢: ١٤٥ - ١٦٠).

3- دراسة نصرت ، (٢٠١٤):-

هدفت الدراسة الى معرفة قلق الارهاب لدى طلبة الجامعة ومعرفة التحكم

الذاتي ومعرفة العلاقة بين قلق الارهاب والتحكم الذاتي، وفقا لمتغير الجنس والتخصص والصف، وقد بلغت العينة (٦٠٠) طالب وطالبة من طلبة الجامعات : جامعة بغداد الجامعة المستنصرية جامعة النهرين، الجامعة التكنولوجيا)، وبواقع (٢٦٣) طالبا و (٣٣٧) طالبة، وقد استعملت الباحثة مقياس الخفاجي، (٢٠٠٢) لقياس التحكم الذاتي وبناء مقياس قلق الارهاب، واستعملت الباحثة الوسائل الاحصائية الاختبار التائي، ومعامل ارتباط بيرسون، والوسط الحسابي، وتحليل التباين، وكانت النتائج كما يأتي:

١- يتمتع طلبة الجامعة بغداد المستنصرية النهرين التكنولوجيا) للمراحل الاربع بمستوى عالي من قلق الارهاب و مستوى منخفض من التحكم الذاتي.

2-لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في التحكم الذاتي تبعاً لمتغير (الجنس، التخصص، الصف).

3-لا توجد علاقة بين قلق الإرهاب والتحكم الذاتي، نصرت ٩٦ ٧٥ ٢٠١٤).

ثانيا :دراسات تناولت النسق القيمي.

1- دراسة صالح والبياتي، (١٩٨٥):-

هدفت الدراسة الى معرفة ترتيب القيم لدى طلبة الجامعة، وهل يتغير هذا الترتيب عبر المراحل الدراسية الجامعية، وهل هناك فروق ذات دلالة احصائية في تغيير ترتيب القيم لدى طلبة الجامعة على

وفق متغيرات (الجنس، والتخصص، والمستوى الدراسي)، وقد تألفت العينة من (٥٤٩) طالبا وطالبة من كليات جامعة بغداد، (٢٨٦) طالبا وطالبة من طلبة المرحلة الأولى، و (٢٨١) طالبا وطالبة من طلبة المرحلة الرابعة وقد أستعمل الباحثان اختبار (البورت وفرنون ولندزي لقياس القيم الذي عربه عطية محمود هنا وكيفه للبيئة العراقية (أنور حسين عبد الرحمن)، وقد أستعمل الباحثان الوسائل الاحصائية الوسط الحسابي وتحليل التباين، وكانت النتائج ان القيم السياسية أحتلت المرتبة الأولى ثم الاجتماعية والجمالية والدينية وانخفاض القيم النظرية وقد ظهرت فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث بالاختصاصات كافة صالح والبياتي، ١٩٨٥: ٢٢-٢٤).

٢ - دراسة اليوسفي،(٢٠٠٦):-

النسق القيمي وعلاقته بالبث الفضائي لدى طلبة الجامعة هدفت الدراسة الى معرفة النسق القيمي لدى طلبة الجامعة وعلاقته بمشاهدة البث الفضائي، وقد تألفت العينة من (٥٧٩) طالبا وطالبة من طلبة جامعة ديالي واستعمل الباحث مقياس (البورت، وفرنون، ولندزي) لقياس القيم، وبعد جمع البيانات استعمل الباحث الوسائل الاحصائية : الوسط الحسابي، ومعامل ارتباط بيرسون، والانحدار المتعدد، وقد أظهرت النتائج ان النسق القيمي لدى طلبة الجامعة هو القيم النظرية ثم القيم الدينية، ثم الاجتماعية، ثم الاقتصادية، ثم السياسية، والجمالية)، وقد لوحظ ان هناك اختلافاً في النسق القيمي تبعا لمتغير الجنس والتخصص، اما بالنسبة لعلاقة مشاهدة البث الفضائي والنسق القيمي فقد أظهرت الدراسة ان البث الفضائي يسهم في تنمية القيم لدى الطلبة اليوسفي، ٢٠٠٦ : ٨٥ ٧٥).

3-دراسة "الزهيري ، (٢٠٠٨):-

لمسؤولية الوطنية وعلاقتها بالنسق القيمي لدى طلبة الجامعة " هدفت الدراسة الى معرفة علاقة المسؤولية الوطنية بالنسق القيمي، ومعرفة النسق القيمي للطلبة ، وقد تألفت العينة من (٣١٢) طالب وطالبة من طلبة الجامعة المستنصرية موزعين حسب متغيرات الجنس والتخصص وللمرحلة الرابعة فقط ، وقد استعمل الباحث مقياس البورت، وفرنون، ولندزي) لقياس القيم، وبناء مقياس المسؤولية الاجتماعية، وقد استعمل الباحث الوسائل الاحصائية : الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، ومعامل ارتباط بيرسون ومعادلة سبيرمان، والوسط الحسابي، وتحليل التباين، ومعادلة الفا كرونباخ لاستخراج الثبات، وقد أظهرت النتائج ان لطلبة الجامعة من كلا الجنسين و لكلا التخصصين مستوى مرتفع من المسؤولية الاجتماعية وتقديساً للقيم والسير بموجبها، حيث احتلت القيمة الدينية صدارة القيم تليها بقية القيم، وأوضحت الدراسة ان هناك تقارباً كبيراً في النسق القيمي للطلبة بين الذكور والإناث الزهيري، ٢٠٠٨

المحور الثالث:موازنة الدراسات السابقة بالبحث الحالي

ستتم موازنة الدراسات السابقة بالبحث الحالي وفق :

١- الأهداف :

بالنسبة للدراسات الخاصة بالتحكم الذاتي ففي دراسة(الشمري، (٢٠١٢) التي استهدفت معرفة توجهات أهداف الانجاز وعلاقتها بالتحكم الذاتي ، ودراسة (نصرت (٢٠١٤) التي استهدفت معرفة علاقة قلق الإرهاب بالتحكم الذاتي، كدراسة (اليوسفي (٢٠٠٦) التي استهدفت معرفة علاقة النسق القيمي بالبث الفضائي، ودراسة (الزهيري (٢٠٠٨) التي استهدفت معرفة علاقة المسؤولية الاجتماعية بالنسق القيمي، وتناولت دراسات اخرى التغيير في النسق القيمي

والقيم كدراسة (صالح والبياتي، (١٩٨٥)، أما بالنسبة للدراسات الخاصة بالنسق القيمي كدراسة اليوسفي (٢٠٠٦٠) التي استهدفت معرفة علاقة النسق القيمي بالبث الفضائي، ودراسة (الزهيري (٢٠٠٨) التي استهدفت معرفة علاقة المسؤولية الاجتماعية بالنسق القيمي، وتناولت دراسات أخرى التغيير في النسق القيمي والقيم كدراسة (صالح والبياتي، ١٩٨٥)
في حين يهدف البحث الحالي الى معرفة العلاقة إلارتباطية بين التحكم الذاتي والنسق القيمي لدى طلبة جامعة بابل.

2 - العينات :

ما في ما يتعلق بالعينة ففي دراسة الخيري ، (١٩٩٣)، بلغت عينة (٣٠٠) طالبا وطالبة، اما دراسة (نصرت (٢٠١٤) بلغت عينة (٦٠٠)طالبا وطالبة اما دراسة صالح والبياتي ، (١٩٨٥) والتي بلغت (٥٤٩) طالبا وطالبة. أما البحث لحالية فقد بلغ حجم العينة فيها (40)طالبا وطالبة من طلبة الجامعة

3- الأدوات :

أستعمل الباحثون في الدراسات السابقة أدوات قياس جاهزة لباحثين آخرين، كدراسة (2006 , **Cochran**) والذي تبنى مقياس (**Tittle**, 2004)، ودراسة (الشمري، (٢٠١٢) والتي قام الباحث فيها بتبني مقياس (**Gibbs** ,1988). فيما قام باحثون آخرون ببناء مقياس التحكم الذاتي دراسة (الخيري ، ١٩٩٣).اما دراسة صالح والبياتي، (١٩٨٥) ودراسة (**Terry**, 1990)، الذين تبنوا مقياس (البورت، فرنون، لندزي) للقيم ، ولم تجد الباحثة دراسة قامت ببناء مقياس للنسق القيمي في دراساتها المذكورة. أما في الدراسة الحالية فقد قامت الباحثة ببناء مقياس للنسق القيمي معتمدة على نظرية روكيتش للنسق القيمي.أما في الدراسة الحالية فقد قامت الباحثة ببناء مقياس للتحكم الذاتي معتمدة على نظرية روجرز في التحكم العينة (40) طالبا وطالبة من طلبة جامعة .

4- الوسائل الإحصائية :

ستخدمت الدراسات السابقة العديد من الوسائل الأحصائية تبعا لأهدافها ومنها الاختبار التائي لعينة واحدة أو لعينتين مستقلتين ، والوسط الحسابي، ومعامل التمييز، وتحليل التباين الثنائي،اما في البحث الحالي فقد أستعملت الباحثة الاختبار الثاني لعينتين مستقلتين، وتحليل التباين الثنائي، ومعامل التمييز، والوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل ارتباط بيرسون

5-النتائج :

سوف نقوم بموازنة نتائج الدراسات السابقة مع نتائج بحثه في الفصل الرابع الخاص بنتائج البحث

منهجيه البحث وإجراءات

يتضمن هذا الفصل عرضاً للإجراءات التي أتبعتها الباحثة لتحقق أهداف البحث في ضوء وصف منهج البحث وتحديد المجتمع وأسلوب اختيار العينة وخطوات إعداد أداتي البحث وكيفية إيجاد خصائصها السيكومترية والوسائل الإحصائية التي استعملت لمعالجة البيانات، وعلى النحو الآتي :

أولاً: منهجيه البحث :

استعملت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي كونه منهجاً مناسباً لدراسة متغيرات بحثها التحكم الذاتي والنسق القيمي على وفق أهداف البحث. وتسعى الباحثة من خلال هذا المنهج الى تحديد الوضع الحالي للظاهرة المدروسة ومن ثم وصفها وصفا دقيقا اذ تتطلب دراسة اي مشكلة أو ظاهرة وقبل كل شيء وصفا دقيقا وتحديداً كمياً وكيفياً. (ملحم (2010:324)

ثانياً: مجتمع البحث :

يقصد بمجتمع البحث جميع الأفراد الذي ينبغي للباحثة ان تعمم عليهم نتائج دراستها (داوود وعبد الرحمن، 1990: 66)، أذ يتألف مجتمع البحث من طلبة كلية التربية للعلوم الانسانية جامعة بابل قسم العلوم التربوية والنفسية للعام الدراسي (2024-2023)والبالغ عددهم (507) طالبا وطالبة والجدول رقم (1) يوضح ذلك جدول رقم (1)

المرحلة	العلوم التربوية والنفسية
الأولى	**200**
الثانية	**110**
الثالثة	**90**
الرابعة	**107**
المجموع	**507**

ثالثا : عينة البحث :

هي جزء من المجتمع الذي تجري عليه الدراسة, تختارها الباحثة لأجراء دراستها عليها وفق قواعد خاصة لكي تمثل المجتمع تمثيلا صحيحا ويتم هذا الاختيار بسبب صعوبة اجزائه على جميع أفراد المجتمع بسبب صعوبات عملية واقتصادية (عبد الرحيم 1990 (83) . وقد أخذت الباحثة عينة عشوائية ، تحددت ب (40) طالب وطالبة في كلية التربية للعلوم الانسانية كما هو مبين في الجدول رقم (2) للعام الدراسي 2024-2023 وان الباحثة اخذت قسم من اقسام
المجتمع العلوم التربوية والنفسية

جدول رقم (2)

الرقم	القسم	الإناث	الذكور	المجموع
1	العلوم التربوية والنفسية	**30**	**10**	**40**

رابعا : أداتا البحث

الغرض تحقيق اهداف البحث الحالي في الكشف عن العلاقة بين التحكم الذاتي والنسق القيمي لدى طلبة الجامعة قامت الباحثة بما يأتي :

1- مقياس التحكم الذاتي :

تبنت الباحث مقياس (الفياض ،2017) للتحكم الذاتي حيث يتكون المقياس من (20) فقرة ومن (5) بدائل وهي تنطبق علي تماما تنطبق علي غالبا, تنطبق علي احيانا تنطبق علي نادرا لا تنطبق علي أبدا.

أ- الصدق الظاهري:

أن الصدق واحد من الخصائص الأساسية للاختبار ، فالاختبار الصادق هو ما يعنيه الاختبار او يتنبأ به عودة ، 1998، 370) ، ولتحقيق هذا النوع من الصدق عرضت فقرات المقياس على مجموعة من الخبراء المختصين في قسم العلوم التربوية والنفسية، أن طلبت الباحثة من كل واحد منهم ان يؤشر ازاء كل فقرة أن كونها صالحة أو غير صالحة أو بحاجة الى تعديل مع ذكر التعديل المقترح، هذا وقد اعتمدت الباحثة نسبة الاتفاق بين محكمين على صلاحية الفقرة ، فاذا كانت ٨٠ فاكثر تعتمد واذا كانت اقل منها ترفض الفقرة على وفق ملاحظات لجنة المحكمين المنوه عنها فيما تقدم، وفي ضوء آراء المحكمين ، استبقيت جميع الفقرات لأنها حصلت على نسبة اتفاق (١٠٠).

جدول يوضح أراء الخبراء حول صلاحية الفقرات

الفقرات	الموافقون	الرافضون	القيمة المحسوبة	القيمة الجدولية	مستوى الدلالة
20-1	**10**	صفر	**10**	**1,96**	**0,05**

ب - ثبات المقياس :

يعد الثبات من خصائص المقياس الجيد لأنه يؤشر اتساق فقرات المقياس في قياس ما يفترض أن يقيسه المقياس بدرجة مقبولة من الدقة (عودة 1998:235). ولغرض استخراج ثبات المقياس ، فقد أستخدمت الباحثة التجزئة النصفية، حيث تعتمد هذه الطريقة على تجزئة الاختبار المطلوب الى فقرات فردية وفقرات زوجية (ملحم 2000 (6) ، وبعد تطبيق معادلة بيرسون وجدت ان معامل الارتباط قد بلغ (98)، وهذه الدرجة تمثل معامل نصفي الاختبار ، و باستعمال المعادلة التصحيحية سبيرمان براون فقد بلغ معامل الثبات (94) وهذا يؤكد ان معامل الثبات على قدر مرتفع من الاستقرار، وبذلك توفر المقياس شرط الثبات بالإضافة الى شرط الصدق وهكذا فان المقياس صالح للتطبيق

ج- الصيغة النهائية للأداة :

بعد الانتهاء من إجراءات الصدق والثبات تم إعداد الصيغة النهائية للأداة التي تكونت من (20) فقرة فقد وضعت الباحثة أمام كل فقرة خمس بدائل بعد أن أعطت اوزان من (15) درجات فكانت البدائل (تنطبق علي كثيرا جدا تنطبق علي كثيرا, تنطبق علي بدرجة متوسطة تنطبق علي قليلا لا تنطبق علي) ومن أجل الحصول على الدرجة الكلية للمقياس تجمع الدرجات التي يحصل عليها المستجيب لذا فإن أعلى درجة هي (85) وأقل درجة كانت (48) والتي تمت الإجابة عليها من خلال وضع إشارة **(√)** في المكان المناسب

د- تصحيح الأداة :

يقصد بتصحيح الأداة الحصول على الدرجة الكلية لكل فرد من أفراد العينة وذلك عن طريق جمع الدرجات التي تمثل استجاباتهم على كل فقرة من فقرات المقياس وعلى وفق الأوزان المحددة أمام كل بديل من البدائل . وبلغ الوسط الفرضي المقياس (60) درجة وبلغت أعلى درجة فرضية . (150) درجة وأدنى درجة فرضية (30) درجة .

2-النسق القيمي

تبنت الباحثة مقياس (2017,الفياض)للنسق القيمي أذ يتكون المقياس من (20) فقرة ويحتوي على (5) بدائل وهي(تنطبق تماما ،تنطبق غالبا ، تنطبق احيانا ،تنطبق نادرا، لا تنطبق عليه أبدا) . أذ ان اقل درجة يحصل عليها الطالب هي (48) وان اعلى درجة يحصل عليها الطالب هي (95) وان الوسط الفرضي للمقياس (60)

أ-الصدق الظاهري:

أن الصدق واحد من الخصائص الأساسية للاختبار ،فالاختبار الصادق هو ما يعنيه الاختبار او يتنبأ به (عودة،1998: 370) ،ولتحقيق هذا النوع من الصدق عرضت فقرات المقياس على مجموعة من الخبراء المختصين في قسم العلوم التربوية والنفسية، أذ طلبت الباحثة من كل واحد منهم ان يؤشر ازاء كل فقرة أذ كونها صالحة أو غير صالحة أو بحاجة الى تعديل مع ذكر التعديل المقترح، هذا وقد اعتمد الباحث نسبة الاتفاق بين محكمين على صلاحية الفقرة ، فاذا كانت80% فاكثر تعتمد واذا كانت اقل منها

ترفض الفقرة على وفق ملاحظات لجنة المحكمين المنوه عنها فيما تقدم، وفي ضوء اراء المحكمين استبقيت جميع الفقرات لأنها حصلت على نسبة اتفاق (١٠٠%).
جدول يوضح أراء الخبراء حول صلاحية الفقرات
الفقرات

الفقرات	الموافقون	الرافضون	القيمة الجدولية	القيمة المحسوبة	مستوى الدلالة
20-1	**10**	صفر	**10**	**1,96**	**0,05**

ب-ثبات المقياس:

يعد الثبات من خصائص المقياس الجيد لأنه يؤشر اتساق فقرات المقياس في قياس ما يفترض ان يقيسه المقياس بدرجة مقبولة من الدقة(عودة،235:1998).ولغرض استخراج ثبات المقياس ، فقد أستخدمت الباحثة التجزئة النصفية، حيث تعتمد هذه الطريقة على تجزئة الاختبار المطلوب الى فقرات فردية وفقرات زوجية (ملحم،2000: ٦٧)، وبعد تطبيق معادلة بيرسون وجد ان معامل الارتباط وجد معامل الارتباط قد بلغ (0,75)، وهذه الدرجة تمثل معامل نصفي الاختبار ، وباستعمال المعادلة التصحيحية سبيرمان- براون فقد بلغ معامل الثبات (0,85)، وهذا يؤكد ان معامل الثبات على قدر مرتفع من الاستقرار، وبذلك توفر المقياس شرط الثبات بالإضافة الى شرط الصدق وهكذا فان المقياس صالح للتطبيق.

ج: الصيغة النهائية للأداة :
بعد الانتهاء من إجراءات الصدق والثبات تم إعداد الصيغة النهائية للأداة التي تكونت من (15) فقرة فقد وضعت الباحثة أمام كل فقرة خمس بدائل بعد أن أعطت اوزان من (5-1)درجات فكانت البدائل (تنطبق علي تماما, تنطبق علي غالبا, تنطبق علي أحيانا, تنطبق علي نادرا, لا تنطبق علي أبدا)ومن أجل الحصول على الدرجة الكلية المقياس تجمع الدرجات التي يحصل عليها المستجيب لذا فإن أعلى درجة هي (60) وأقل درجة كانت (٤٠) والتي تمت الإجابة عليها من خلال وضع إشارة **(√)** في المكان المناسب

د: تصحيح الأداة :
يقصد بتصحيح الأداة الحصول على الدرجة الكلية لكل فرد من أفراد العينة وذلك عن طريق جمع الدرجات التي تمثل استجاباتهم على كل فقرة من فقرات المقياس وعلى وفق الأوزان المحددة أمام كل بديل من البدائل . وبلغ الوسط الفرضي المقياس (54) درجة وبلغت أعلى درجة فرضية (90) درجة وأدنى درجة فرضية (18) درجة .

خامسا : التطبيق النهائي :
بعد أن تم التحقق من الصدق والثبات للمقياسين قامت الباحثة بتطبيقهما على عينة والبالغة (40) طالب وطالبة من المرحلة الرابعة لقسم العلوم التربوية والنفسية في كلية التربية للعلوم الإنسانية في جامعة بابل للعام الدراسي (٢٠٢٣-٢٠٢٤) وتم توزيع الاستبيانات في (٢١-١١-٢٠٢٣)وتم الانتهاء في (٢٢-١١-٢٠٢٣)في اثناء الدوام الرسمي وجرت العملية بانسيابية دون أي مشاكل تذكر.

سادسا: الوسائل الاحصائية:

1-الاختبار التائي **t-test** لعينة واحدة:الاختبار الفرق بين المتوسط الفرضي والمتوسط الحسابي لدرجات العينة على (مقياس التحكم الذاتي والنسق القيمي)

=TTS س- - أ

ع√

ن

2 -معامل ارتباط بيرسون للتعرف على العلاقة الارتباطية بين المتغييرين التحكم الذاتي والنسق القيمي وكذلك حساب

التجزئةالنصفية لاستخراج ثبات المقياسين

ر = ن مج س.ص - (مج س).(مج ص)

[ن.مج س٢-(مج س)٢].[ن.مج ص٢-(مج ص√ **[٢(**

3-معامل سبيرمان براون:استعملته لتصحيح معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية لمقياس البحث

ر = 2x ر

1+ر

٤-الانحراف المعياري :

ع = ن مج س٢ - مج (س)٢ √

ن٢

ه- الوسط الحسابي الفرضي = عدد الفقرات×مجموع البدائل

عدد البدائل

٦- الوسط الحسابي = مجموع القيم

عددها

أولا : عرض النتائج وتفسيرها

يتضمن هذا الفصل عرضا للنتائج التي توصل إليها هذا البحث على وفق أهدافه المرسومة ومناقشة النتائج ومن ثم بيان التوصيات والمقترحات في ضوء هذه النتائج .

١-نتيجة الهدف الاول التحكم الذاتي لدى طلبة الجامعة)

ولغرض تحقيق هذا الهدف من خلال تطبيق الباحثة لمقياس التحكم الذاتي الذي أعدته لغرض البحث وبعد المعالجة الاحصائية ظهر أن الوسط الحسابي لأفراد عينة البحث (0,06) وبأنحراف معياري (3,16) ، وبلغ الوسط الحسابي الفرضي(60) وبعد أستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة ظهر أن القيمة التائية المحسوبة (2,99) اذا أنها اعلى من القيمة الجدولية (1,96) وهي ذات دلاله احصائية عند مستوى دلاله (0,05) ودرجة حرية (39)

جدول رقم(3) يوضح نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لمقياس التحكم الذاتي

العينه	الوسط الحسابي	الوسط الفرضي	الأنحراف المعياري	القيمة التائية	القيمة الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة
40	**0,06**	**60**	**3,16**	**2,99**	**1,96**	**39**	**0,05**

وتعد المرحلة الجامعية البيئة الأكثر اتساعاً من بيئة الاسرة والمدرسة، وهي المؤسسة الاقوى في تقوية التحكم الذاتي أو خفضه، لأنها بيئة غنية بمتغيرات تعد جديدة نوعا ما على الأفراد، فالمناهج التعليمية،وطرق التعليم، وتغير اسلوب الدراسة، ومقابلة أقران جدد، وغيرها من المتغيرات تسهم في تكوين أبعاد الشخصية ومنها التحكم الذاتي وتنميته.وفي ضوء نظرية روجرز التي تناولت التحكم الذاتي، فأنه يرى ان الفرد يحكمه إدراكه لذاته، وان خبرة الفرد وتجربته تعدان أحـد أهم جوانب التحكم الذاتي، فضلاً عن مراقبة الفرد لسلوكه وملاحظته والتفكير بشكل مناسب والتصرف بوعي وتيقظ (شلال، 2011 (23)ومن هنا يمكننا القول أن التحكم الذاتي يعد أحد أبعاد الشخصية الانسانية، وسمة من سماتها، والذي يجعل الفرد يتعامل مع الحياة الاجتماعية بطريقة إيجابية مسيطراً على انفعالاته متحكماً في سلوكياته وافكاره، متجنباً الاضطرابات الناشئة من التحكم الذاتي المنخفض.

٢-نتيجة الهدف الثاني النسق القيمي لدى طلبة الجامعة)

ولغرض تحقيق هذا الهدف من خلال تطبيق الباحثة المقياس النسق القيمي الذي أعدته لغرض البحث وبعد المعالجة الاحصائية ظهر أن الوسط الحسابي لأفراد عينة البحث (0,07) وبأنحراف معياري (0,01) ، وبلغ الوسط الحسابي الفرضي (60) وبعد استخدام الاختبار الثاني لعينة واحدة ظهر أن القيمة التائية المحسوبة (9,57) اذا انها اعلى من القيمة الجدولية (1,96) وهي ذات دلاله احصائية عند مستوى دلاله (0,05) ودرجة حرية (39)

جدول رقم (4) يوضح نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لمقياس النسق القيمي

العينه	الوسط الحسابي	الوسط الفرضي	الإنحراف المعياري	القيمة التائية	القيمة الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة
40	**0,07**	**60**	**0,01**	**9,57**	**1,96**	**39**	**0,05**

ويمكن القول أن القيم هي المسؤولة عن الكثير من السلوكيات التي تصدر من الفرد حول الموضوعات والمواقف بوصفها أحد محركات السلوك. وتعود هذه القيم الى جذور التي يساهم في تكوينها كل من الأسرة والمجتمع، فالأسرة لها دور فعال في غرس القيم في ابنائها. اما المجتمع فيتمثل بالمدرسة والجامعة، فهي بيئات غنية بمتغيرات تسهم في اكتساب القيم وبلورتها واستقرارها ورسوخها. وفي ضوء هذه النتيجة فقد جاءت قيمة السلام اولاً في ترتيب النسق القيمي لدى طلبة الجامعة، والتي تندرج تحت القيم الغائية أي انها غاية الأفراد، والتي تحتوي في جوهرها على عدة متغيرات كالسعادة والحرية والمساواة والأمن العائلي والحب الناضج وغيرها من المتغيرات،(خليفة، 1992 (54)ويتبين لنامن هذه النتيجة ان الطلبة لديهم احساس عالي بالسلام رغم كل الظروف الأمنية الصعبة التي يعيشونها، والتي من الممكن ان تولد لديهم اضطرابات نفسية واحساساً بفقدان الامن والسلام، الا انهم لم ييأسوا ويفقدوا الأمل في عودة السلام الى بلدهم. اما القيمة الثانية في النسق القيمي لدى طلبة الجامعة، فهي قيمة تقدير الذات اي أن الطلبة لديهم شعور جيد نحو أنفسهم، وأنهم يمتلكون شعوراً بقيمتهم الذاتية، وقدرة على مواجهة التحديات، والسيطرة على انفسهم والتحكم في حياتهم، كما ان هذه النتيجة تؤكد ان هؤلاء الافراد متفائلون وواقعيون وأقوياء في مواجهة عثرات الذات.ثم جاءت القيمة الاخلاقية ثالثة في ترتيب النسق القيمي لطلبة الجامعة، فالأخلاق هي من الصفات النفسية التي تحدد في ضوئها كيف نكون، وكيف نتصرف ونتعامل مع بعضنا البعض في الحياة الاجتماعية، فالقيمة الاخلاقية تعمل على تحسين العلاقة بين الفرد وذاته والفرد ومجتمعه، واننا اذا ما التزمنا بالقيم الاخلاقية كان ذلك سبباً في تحقيق السعادة الفردية والاجتماعية.اما اخيراً فقد جاءت القيمة الفكرية، والتي تعني توظيف الافراد لقدراتهم وامكاناتهم بالمعرفة العلمية وفي ضوء نظرية روكيتش فأن القيمة تعني ضرباً من ضروب السلوك أو غاية من غايات الوجود، وان القيم التي يتبناها الفرد تنتظم في اطار عام هو نسق المعتقدات الكلي الذي يتصف بالارتباط والتفاعل بين عناصره والممثلة بالاتجاهات والـقيم الوسيلية والقيم الغائية، (**Rokeach**, 1976: 180).

٣- نتيجه الهدف الثالث العلاقه بين التحكم الذاتي وعلاقته بالنسق القيمي لدى طلبة الجامعة

لغرض تحقيق هذا البحث طبقت الباحثة معادلة بيرسون للكشف عن العلاقة بين التحكم الذاتي والنسق القيمي أذ بلغت قيمة معامل الارتباط (0,76) مما يدل على وجود علاقة ارتباطية طردية ذات دلالة احصائية بينهما وفسرت الباحثة ذلك ان كلما زادت التحكم الذاتي يزيد النسق القيمي لدى الطلبة وهذا يعني ان التحكم الذاتي لها ارتباط مع النسق القيمي . والقيمة الجدولية البالغة (1,96) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (39) وهذا يدل على ان العلاقة الارتباطية بين التحكم الذاتي والنسق القيمي ذات دلاله احصائية .

جدول رقم(٥) يوضح العلاقة الارتباطية بين متغيري البحث

العينة	قيمة معامل الارتباط	القيمة الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة
40	**0,76**	**1,96**	**39**	**0,05**

ثانيا :الاستنتاجات :

في ضوء النتائج التي عرضت, توصلت الباحثة الى الاستنتاجات الاتية :

1- ان طلبة الجامعة لديهم تحكم ذاتي.

2- ان طلبة الجامعة لديهم نسق قيمي يبدأ بقيمة السلام، ثم قيمة تقدير الذات، ثم القيمة الاخلاقية، واخيرا القيمة الفكرية.

3-توجد علاقة ارتباطية بين التحكم الذاتي ومكونات النسق القيمي.

4- ان لجميع القيم اسهاماً دالاً في التحكم الذاتي.

ثالثا:التوصيات :

1-على المسؤولين في الجامعات فتح دورات تدريبية تأهيلية للطلبة ذوي التحكم الذاتي المنخفض وإقامة الندوات حول مفهوم التحكم الذاتي.

2-حث المراكز الارشادية في كليات الجامعة على ضرورة الاهتمام بالجوانب النفسية واشباع الحاجات الاجتماعية والمعرفية للطلبة.

3-اقامة برامج ارشادية حول القيم ومفهومها وكيفية انتقاء القيم الملائمة للفرد والمجتمع.

تشجيع الطلبة على المشاركة في النشاطات الاجتماعية والرياضية، وغرس الاتجاهات التعاونية فيما بينهم لتنمية الثقة في نفوسهم واكسابهم السلوكيات المقبولة اجتماعياً.

4- توظيف وسائل الاعلام بجوانبها كافة، وحث الاباء من اجل التأكيد على غرس القيم النبيلة في نفوسهم ابنائهم.

رابعا:المقترحات :

1-التحكم الذاتي وعلاقته بأساليب المعاملة الوالدية.

2- التحكم الذاتي وعلاقته بأساليب التعلم لدى طلبة المدارس.

3- التحكم الذاتي وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة.

4- فاعلية برنامج التدريب على التحكم الذاتي وخفض الانفعالات.

5- النسق القيمي للتدريسيين وانعكاسه على النسق القيمي لطلبة الجامعة.

6- دراسة مقارنة بين النسق القيمي لطلبة الجامعة العراقيين ومجموعة من طلبة دول الجوار.

7- التغير في النسق القيمي من سنة (2003) الى سنة (2016).

8- التغير الاجتماعي وعلاقته بالنسق القيمي.

خاتمة البحث

الحمد لله تعالى الذي وفقنا في تقديم هذا البحث، وها هي القطرات الأخيرة في مشوار هذا البحث، وقد كان البحث يتكلم عن (التحكم الذاتي وعلاقته بالنسق القيمي). وقد بذلنا كل الجهد والبذل لكي يخرج هذا البحث في هذا الشكل. ونرجو من الله أن تكون رحلة ممتعة وشيقة، وكذلك نرجو أن تكون قد أرتقت بدرجات العقل الفكر، حيث لم يكن هذا الجهد بالجهد اليسير
، ونحن لا ندعى الكمال فإن الكمال لله عز وجل فقط، ونحن ق قدمنا كل الجهد لهذا البحث. فإن وفقنا فمن الله عز وجل وإن أخفقنا فمن أنفسنا، وكفانا نحن شرف المحاولة، واخيراً نرجو أن يكون هذا البحث قد نال إعجابكم. وصل اللهم وسلم وبارك تسليما كثيراً على معلمنا الأول وحبيبنا سيدنا محمد عليه أفضل الصلاة والسلام.

المصادر

- القران الكريم.
1- ابراهيم, عبد الستار, (1993): العلاج السلوكي المعرفي الحديث, القاهرة.
2- ابراهيم, يوسف حنا , (1998): النمط القيمي للأباء والأبناء و مستوى صراع القيم لدى الابناء من طلبة الجامعة, اطروحة دكتوراه غير منشورة, كلية الاداب, الجامعة المستنصرية.
3- أبو جادو, صالح محمد علي , (2000): علم النفس التربوي, ط2, دار المسيرة للنشر و التوزيع والطباعة, عمان.
4- أبو جادو, صالح محمد علي , (2005): علم النفس التربوي, ط4, دار المسيرة للنشر و التوزيع, عمان, الاردن.
5- أحمد, سهير كامل , (2000): التوجيه و الارشاد النفسي, مركز الاسكندرية للكتاب, الاسكندرية.
6- أحمد, محمد عبد السلام , (1981): القياس النفسي و التربوي, المجلد الاول, مكتبة النهضة المصرية, القاهرة.
7- الالوسي, أحمد اسماعيل , (2001): فاعلية الذات وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلبة الجامعة, رسالة ماجستير, كلية الاداب, جامعة بغداد.
8- بحر, امتثال خضير, (2009): التحكم الذاتي و علاقته بالقلق الاجتماعي و التحصيل الدراسي لدى طلبة معاهد اعداد المعلمين و المعلمات, رسالة ماجستير غير منشورة, كلية التربية ابن رشد, جامعة بغداد.
9- البطش, محمد و جبريل, موسى , (1991): التغييرات في التفضيلات القيمية عند الافراد الاردنيين بتقدمهم في العمر, مجلة ابحاث اليرموك, العدد 2.
10- بكر, محمد الياس , (1975): دراسة مقارنة في القيم بين طلبة الجامعة و الثانوية, رسالة ماجستير غير منشورة, كلية التربية, جامعة بغداد.
11-ثورندايك, روبرت و هيجن, اليزابيث , (1989): القياس و التقويم في علم النفس و التربية, ترجمة عبد الله زيد الكيلاني وعبد الرحمن عدس, مركز الكتاب الاردني, عمان.
12- جابر, عبد الحميد جابر, (1968): التعليم الجامعي في العراق و تغير القيم, المجلة الاجتماعية القومية, القاهرة, المجلد 5,
13- الجمال, رباب رأفت محمد, (2013): اثر استخدام شبكات التواصل الاجتماعي على تشكيل النسق القيمي للشباب السعودي, دراسة ميدانية, جامعة الملك عبد العزيز.
14- حسين, محي الدين أحمد , (1982): القيم الخاصة بالمبدعين, دار المعارف, القاهرة.
15- الحلفي, علي عودة محمد , (1998): دراسة مقارنة للقيم بين المراهقين العاملين وأقرانهم غير العاملين, اطروحة دكتوراه غير منشورة, كلية الاداب, الجامعة المستنصرية.
16- حمدي, نزيه , (1992): فاعلية الضبط الذاتي في خفض سلوك التدخين, الجامعة الاردنية, دراسات, العدد 2.
17- حمدي, نزيه و داوود, نسيمة , (2000):علاقة الفاعلية الذاتية المدركة بالاكتئاب والتوتر لدى طلبة كلية العلوم التربوية في الجامعة الاردنية, دراسات العلوم التربوية, المجلد 7.
18- الحميري, ساهرة قحطان , (2005): أثر الارشاد المعرفي في تخفيف صراع الدور لدى معلمة المرحلة الابتدائية, اطروحة دكتوراه غير منشورة, كلية التربية, الجامعة المستنصرية,
19- الخطيب, جمال , (1995): تعديل السلوك الانساني, ط3, مكتبة الفلاح للنشر و التوزيع, الامارات.
20- الخفاجي, عفاف زياد وادي , (2002): بناء مقياس التحكم الذاتي لدى طلبة جامعة بغداد, رسالة ماجستير غير منشورة, كلية التربية, جامعة بغداد.
21- خليفة, عبد اللطيف محمد , (1992): ارتقاء القيم, دراسة نفسية, عالم المعرفة, الكويت.
22- خليل, أحمد خليل , (1996): معجم مفاهيم علم الاجتماع, معهد الانماء العربي, ط1, بيروت.
23- دياب, فوزية , (1980): القيم و العادات الاجتماعية, ط3, دار النهضة للطباعة و النشر بيروت.
24- الرشدان, عبد الله زاهي , (1999): علم الاجتماع و التربية, دار الكتاب الجامعي, العين.
25- زاهر, ضياء , (1984): القيم في العملية التربوية, مطبعة النهضة, القاهرة.
26- الزهيري, محسن صالح حسن , (2008): المسؤولية الوطنية وعلاقتها بالنسق القيمي لدى طلبة الجامعة المستنصرية, رسالة ماجستير غير منشورة, كلية التربية, الجامعة المستنصرية.
27- سليم, شاكر مصطفى, (1981): قاموس الانثربولوجيا, جامعة الكويت, الكويت.
28- السهيلي, نوار طارق عباس, (2009): المسؤولية الاجتماعية وعلاقتها بالنسق القيمي لدى طلبة المرحلة الاعدادية, رسالة ماجستير غير منشورة, كلية التربية للبنات, جامعة بغداد.
29- شلال, سماح حمزة, (2011): التحكم الذاتي و علاقته بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية عند المعلمين و المعلمات, رسالة ماجستير غير منشورة, كلية التربية للبنات, جامعة بغداد.
30- شلتز, دوان, (1983): نظريات الشخصية, ترجمة محمد دلي الكربولي و عبد الرحمن القيسي, مطبعة جامعة بغداد.

31- الشمري, صادق كاظم, (2012): توجهات اهداف الانجاز و علاقتها بالتحكم الذاتي لدى طلبة جامعة بغداد, أطروحة دكتوراه غير منشورة, كلية التربية, جامعة بغداد.
32- صالح, قاسم حسين والبياتي, خليل, (1985): التغير في القيم لدى طلبة الجامعة, ندوة الشباب و المشكلات المعاصرة في المجتمع العربي, بغداد.
33- صالح, قاسم حسين, (1988): الشخصية بين التنظير و القياس, وزارة التعليم العالي و البحث العلمي, بغداد.
34- الطنوبي, محمد عمر, (1999): قرارات في علم النفس الاجتماعي, مكتبة المعارف الحديثة, الاسكندرية.
35- طوالبة, عائشة حسين, (1975): دراسة مقارنة للقيم في كتب المطالعة العربية, رسالة ماجستير غير منشورة, كلية التربية, جامعة بغداد.
36- العاني, مها مرهون عبد الوهاب, (2000): النسق القيمي للمدرسين و انعكاسه على النسق القيمي لطلبتهم في المرحلة الاعدادية, رسالة ماجستير غير منشورة, كلية التربية, الجامعة المستنصرية.
37- العاني, نزار محمد سعيد, (1989): أضواء على الشخصية الانسانية, ط1, دار الشؤون الثقافية العامة, بغداد.
38-عبد الله, منى رحمن, (2014): التفكير الدوكماتي و علاقته بالانطواء و تقدير الذات عند طلبة الجامعة, رسالة ماجستير غير منشورة, كلية التربية للبنات, جامعة بغداد.
39- عبد الباسط, محمد, (1970): عرض تحليلي لمفهوم القيمة في علم الاجتماع, المجلة الاجتماعية القومية, المجلد 7, العدد1, مصر.
40- عبد الخالق, أحمد محمد, (1983): الابعاد الاساسية للشخصية, ط2, الدار الجامعية للطباعة و التوزيع, بيروت.
41- العبيدي, محمد أبراهيم, (1991): قياس الاتزان الانفعالي عند أبناء الشهداء و اقرانهم الذين يعيشون مع والديهم, رسالة ماجستير غير منشورة, جامعة بغداد.
42- عبد الرحمن, محمد السيد, (1998): نظريات الشخصية, دار قباء للنشر و التوزيع و الطباعة, القاهرة.
43- عبد المجيد, فايزة يوسف, (1980): التنشئة الاجتماعية للأبناء و علاقتها ببعض سماتهم الشخصية وأنساقهم القيمية, أطروحة دكتوراه, كلية الاداب, جامعة عين شمس, القاهرة.
44- العجيلي, شذى عبد الباقي, (1985): دراسة مقارنة للقيم في كتب المطالعة للمرحلة الثانوية في الوطن العربي, أطروحة دكتوراه, كلية التربية, جامعة بغداد.
45- العزة, سعيد حسني وعبد الهادي, جودت عزت, (2001): تعديل السلوك الانساني, ط1, الناشر الدولية و دار الثقافة للنشر و التوزيع, عمان.
46- العناني, حنان عبد الحميد و الشناوي, عبد الجابر ومحمد, حسن, (2001): سيكولوجية طفل ما قبل المدرسة, ط1, دار الصفاء للنشر و التوزيع, عمان.
47- عودة, احمد سلمان, (1998): القياس و التقويم في العملية التدريسية, دار الامل, الاردن.
48- عويضة, كامل محمد, (1966): علم نفس النمو, دار الكتب العلمية, بيروت
49- غنيم, سيد محمد, (1973): سيكولوجية الشخصية و محدداتها, و قياسها, ونظرياتها, مطبعة دار النهضة المصرية, القاهرة.
50-القس, صنعاء عمانوئيل كوركيس, (2001): الانماط القيمية للمواطن العراقي قبل الحصار و خلاله من قبل وجهة نظر التدريسين الجامعيين, رسالة ماجستير غير منشورة, كلية الاداب, الجامعة المستنصرية.
51- القيسي, مروان أبراهيم, (1990): المنظومة القيمية الاسلامية كما تحددت في القرأن الكريم و السنة النبوية, مجلة الدراسات العلوم الانسانية, المجلد 22, العدد 2, الاردن.
52- كمال, علي, (1982): النفس انفعالاتها, امراضها, علاجها, ط4, دار واسط, بغداد.
53- محمد, مجدي أحمد محمود, (1982): القيم و أختلاف الاجيال, دراسة مقارنة للقيم الاجتماعية لطالبات الجامعة و أمهاتهن, رسالة ماجستير غير منشورة, جامعة عين شمس, القاهرة.
54- المخزنجي, السيد أحمد, (1993): تنمية القيم التربوية و النفسية للابناء, المكتبة الثقافية المصرية, مطابع الهيئة المصرية العامة للكتاب.
55- مصطفى, يوسف حمه, (1998): التمايز النفسي و علاقته بضبط الذات و الاحساس بالهوية لدى المراهقين, اطروحة دكتوراه غير منشورة, كلية الاداب, جامعة بغداد.
56- نشواتي, عبد المجيد, (1984): علم النفس التربوي, دار الفرقان, عمان.
57- نصرت, سجراء هادي, (2014): قلق الارهاب و علاقته بالتحكم الذاتي لدى طلبة الجامعة, رسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية ابن رشد جامعة بغداد
58- هورني, كارين,(1988): صراعاتنا الباطنية, ترجمة عبد الودود محمد ,دار الشؤون الثقافية العامة, بغداد.
59- هول ,كالفين و لندزي, جاردنر (1971): نظريات الشخصية, ترجمة فرج احمد فرج و اخرون ,مراجعة لويس كامل مليكة, الهيئة المصرية العامة للتأليف و النشر, القاهرة.

60- الوائلي, خالد ابراهيم محمود,(2013): الاسناد الاجتماعي و علاقته بالضبط الذاتي لدى طلبة المرحلة المتوسطة, رسـالة ماجستير غـير منشورة كلـية التربية الجامعة المستنصرية.
61- اليوسفي, علي عباس علي, (2006): النسق القيمي و علاقته بمشاهدة البث الفضائي لدى طلبة الجامعة, رسالة ماجستير غير منشورة, كلـية التربية, جامعة ديالى.

المصادر الاجنبية

1- Allen, M.J. & Yen, E (1979): Introdution of measurement theory, Califonia, Books Cole, USA.

2- Anastasi, A. (1988): Psychologyical testing, New York, Macmillan.

3- Bandura, A. (1997): Self efficacy: The exercise of conteol, New York. W.H. Freeman.

4- Butler, D & Winne, p, (1996): Feedback and self regulated learning : Atheoretical synthesis, Review of educational research, V.65, NO 3.

5- Cochran, J. etal, (2006) : Seffrestraint: A study on the capacity and desir for self-control, Westren criminologyer view, Vo.7 , No.3.

6- Ebel, R. L. (1972): Theory and practice of psychologicst testing, New Jersey, prentice Haling.

7- Findling , J. (1971): Code and massage in bilingnal. Acgievement motivation, Un published doctoral dissertation. Yeshiva univ.

8- Freedman, L, S. (1978): Social psychology, 2nd, prentice – Hall, Inc, New Jersey.

9- Glaser, R, (1996) : Assessment and education: Access and achievement. Paper presented at the annual meeting of American educational research association, New York.

10- Higgins, G (2001) : General theory of crim and deviance: Astrctural equation modeling approach, Un. Published doctoral dissertation.

11- Kanfer, F. H & Scidner, M. L. (1973): Self control: Factors Enhancing Tolerance of noxions stimulation,
Journal of personality and social psychology, Vo. 25, No.3.

12- Kaplan, Ionis, (1965): Foundation of Human behavior, New York, Harper & Raw publishers.

13- Karoly, B. & Kanfer, F. (1982): Self management and behavior chang, New York, parrgman, press.

14- Kinney, B. (1988): Individuation in woman during late adolescence and early adulthood as afunction of psychologyical maturity and interpersonal competence, The catholic university of American.

15- Kocovski, N. I. & Endler, N, S, (2000): Self regulation. Social anxiety and depression behavoural, research.5.

16- Kohlberg, L. (1976): Moral stage and moralization, The cognitive development approach. Theory, Research and social issues, New York.

17- Mahone, M, J,& Therson, C.C, (1974): Self control behavioral, New York, Holtrin 13

18- Martin, L. & Pulhas, L. (1988): Function flexibility: A new conception of interpersonal flexibility, Journal of personality

19- Mckinney, J, P. (1971): The development of values, Pressriptcure or proscriptpive, Human development. Vo14.

20- Mckinney, J, P. (1975): The development of values, Aperceptual interpretation, Interpertation, journal of personality and social psychology. Vo31, No.5.

21- Morris, C.W. (1956): Varieties of human values, Unviersity of Chicago, press, Chicago.

22- Mussen, P. H, & KAGAN, J. (1974): Child development and personality, New York.

23- New comb, T.M.(1965):Social psychology The study of human in ternational In,L.
24- Nunnaly,Y.J.G.(1978): Psychomatrac theory, M.C.G.raw hill,New York.
25- Paris,S & Newman ,R.(1990):Developmental of aspests of self regulated learning, Educational psychologist, Vo.25,No.1.
26- Piaget, J.(1982):Moral feelings and judgment, London.
27- Rachlan, H.(2000):The science of self control, Cambrdge,Harvard university press.
28- Resher,N. (1969): Introduction to value theory, New Jersy.
29- Rokeach ,M. (1973): The nature of human values, Collier Macmillan publishers.
30- Rokeach ,M. (1976): Beliefs, attitudes and values : Atheory of organization and change, San francisco.
31- Rotter, J.B. & Hocherich, D.(1975): Personality scott, Forresman and Illihois.
32- Salkind, N.J. (1981): Theories of human prospective, New York.
33- Shaffer, D.R. (1977): Social psychology from a social developmental prospective, .
34- Shoda, Y. etal (1990): Perdicting adolescent cognitive and social competetnce from preschool delay of gratification condition, Vo 26, No.5.
35- Symour, S. (1987): Dictonary of anthropology, The macmillan press, London.

الملاحق

ملحق رقم (1) اسماء الساده المحكمين والخبراء

ت	الدرجة العلمية	أسماء المحكمين	تخصصهم
1	أ.د	علي حسين مظلوم المعموري	علم النفس المعرفي
2	أ.د	علي محمود كاظم الجبوري	الصحة النفسية
3	م.م	رواء سامي علي	أقتصاديات التعليم
4	م.د	مروان كاظم وحيد	أصول التربية
5	أ.د.	مدين نوري طلاك الشمري	علم النفس التربوي
6	م.م	وئام سامي عبيد	طرائق تدريس الاجتماعيات
7	أ.د.	بسام عبد الخالق الأسدي	طرائق تدريس
8	أ.د	جؤذر حمزه كاظم	طرائق تدريس اللغة العربية
9	م.د	فارس مطشر حسن	طرائق تدريس اللغة العربية
10	أ.د	رغد سلمان	

ملحق رقم (2)

مقياس التحكم الذاتي بصيغته الإولية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي/جامعة بابل

كلية التربية للعلوم الأنسانية

قسم العلوم التربوية والنفسية

الدراسات الأولية /البكالوريوس

م/استبيان اراء المحكمين حول صلاحيه الفقرات (التحكم الذاتي)

الأستاذ الفاضل.....المحترم

تحية طيبة...

تروم الباحثة إجراء بحثها الموسوم (التحكم الذاتي وعلاقته بالنسق القيمي لدى طلبة الجامعة) ولقياس التحكم الذاتي تبنت الباحثة مقياس التحكم الذاتي (لفياض،2017)على وفق نظرية روكيش والذي عرفها (هوه قدره الفرد على التحكم شعوريا وعقلانيا في ذاته وان يتحول من الاساليب غير المرغوبة الى الاساليب المرغوبة في السلوك). ويتكون المقياس من ثلاث مكونات, ونظرا لما تتمتعون به من خبرة ودراية علمية في هذا المجال ترجو الباحثة قراءة فقرات المقياس بدقة وإبداء أرائكم العلمية حول صلاحية الفقرات وإجراء التعديلات التي ترونها مناسبة ,علما أن بدائل الإجابة هي: (تنطبق علي دائما، تنطبق علي غالبا، تنطبق علي أحيانا، تنطبق علي نادرا ، لا تنطبق علي ابد)

تقبلوا فائق الاحترام والتقدير

أشراف	الباحثة
م.د.حيدر حسن كطان	نهى سالم عبيد

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	تعديل
1	تسيطر علي المشاعر السيئة عندما أفشل.			
2	أشعر بأني شديد الأندفاع.			
3	أحاول التغلب على القلق.			
4	أبتعد عن المواقف المثيرة عندما اكون غاضبا.			
5	أستطيع ضبط انفعالاتي ومشاعري.			
6	أتضايق ويقل أدائي اذا لم أستطع الحصول على ما اعتدت عليه.			
7	أفقد صوابي بسرعة.			
8	أشعر برغبة في إيذاء شخص أغضبني.			
9	أتخذ قراراتي دون انفعال.			
10	أتناول الأمور بحذر وعناية.			
11	أستطيع التعامل مع عدد من المشكلات في وقت واحد.			
12	أشعر أن تعزيز الذات يؤدي الى نجاح الفرد في الاعمال.			
13	أقضي بعض الوقت في ممارسة هواياتي.			
14	أحاول استغلال الفرص.			
15	أتخذ قراراتي بحكمة.			
16	أشعر باني قادر على تغير الغد بما أفعله اليوم.			

17	أعطي لنفسي فرصة قبل إصدار الأحكام			
18	أفكر باستمرار بالأخطاء التي ارتكبها.			
19	أراجع تصرفاتي بعد مدة من الزمن.			
20	أسيطر على نزواتي من خلال قيادة العقل.			

ملحق رقم (3)

مقياس التحكم الذاتي بالصيغة النهائية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي/جامعة بابل

كلية التربية للعلوم الانسانية

قسم العلوم التربوية والنفسية

الدراسات الأولية ـــ البكالوريوس

عزيزتي الطالبة ..

عزيزي الطالب..

تحية طيبة ...

بين يديك مجموعة من الفقرات التي تهدف الباحثة من خلال اجاباتكم عنها إلى التعرف على مواقفكم الحقيقية الصادقة ازاءها.. ونظرا لما تعهده فيكم من دقة وموضوعية وصراحة في التعبير عن أرائكم وافكاركم، تأمل الباحثة منكم الإجابة عن هذه الفقرات وذلك بوضع علامة **(✓)** أمام واحد من البدائل الخمسة الموضوعة أمام كل فقرة. مما ترى أنه يعبر عن رأيك أو موقفك

الجنس

ذكر ( ) أنثى ( )

أشراف

م.د حيدر حسن كطان

الباحثة

نهى سالم عبيد

ت	الفقرات	تنطبق علي دائما	تنطبق علي غالبا	تنطبق علي احيانا	تنطبق علي نادر	لا تنطبق علي ابدا
1	تسيطر علي المشاعر السيئة عندما أفشل أشعر بأني شديد الأندفاع.					
2	أشعر بأني شديد الأندفاع.					
3	أحاول التغلب على القلق.					
4	أبتعد عن المواقف المثيرة عندما اكون غاضبا.					
5	أستطيع ضبط انفعالاتي ومشاعري.					
6	أتضايق ويقل أدائي اذا لم أستطع الحصول على ما اعتدت عليه.					
7	أفقد صوابي بسرعة.					
8	أشعر برغبة في إيذاء شخص أغضبني.					
9	أتخذ قراراتي دون انفعال.					
10	أتناول الأمور بحذر وعناية.					
11	أستطيع التعامل مع عدد من المشكلات في وقت واحد.					
12	أشعر أن تعزيز الذات يؤدي الى نجاح الفرد في الاعمال.					
13	أقضي بعض الوقت في ممارسة هواياتي.					
14	أحاول استغلال الفرص.					

15	أتخذ قراراتي بحكمة.					
16	أشعر باني قادر على تغير الغد بما أفعله اليوم.					
17	أعطي لنفسي فرصة قبل إصدار الأحكام.					
18	أفكر باستمرار بالأخطاء التي ارتكبها.					
19	أراجع تصرفاتي بعد مدة من الزمن.					
20	أسيطر على نزواتي من خلال قيادة العقل.					

ملحق رقم ٤

مقياس النسق القيمي بالصيغة الاولية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي/جامعة بابل
كلية التربية للعلوم الانسانية
قسم العلوم التربوية والنفسية
الدراسات الاولية_ البكالوريوس

م/استبيان اراء المحكمين حوله صلاحيه الفقرات (النسق القيمي)

الأستاذ الفاضل.....المحترم

تحية طيبة...

تروم الباحثة إجراء بحثها الموسوم (التحكم الذاتي وعلاقته بالنسق القيمي لدى طلبة الجامعة) ولقياس النسق القيمي تبنت الباحثة مقياس النسق القيمي(لفياض, 2017) على وفق نظرية روكيش والذي عرفها (بأنه القيم التي يتبناها الفرد والتي تنتظم في إطار عام هوه نسق المعتقدات الكلي والذي يتصف بالتفاعل والارتباط بين عناصره والممثلة بالقيم الغالية والقيم الوسيليه). ويتكون المقياس من ثلاث مكونات, ونظرا لما تتمتعون به من خبرة ودراية علمية في هذا المجال ترجو الباحثة قراءة فقرات المقياس بدقة وإبداء أرائكم العلمية حول صلاحية الفقرات وإجراء التعديلات التي ترونها مناسبة ,علما أن بدائل الإجابة هي: (تنطبق علي دائما، تنطبق علي غالبا، تنطبق علي احيانا، تنطبق علي نادرا ، لا تنطبق علي ابدا)

تقبلوا فائق الاحترام والتقدير

أشراف الباحثة

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	تعديل
1	أهتم بمظهري.			
2	تقديري لذاتي ضعيف.			
3	لدي الكثير من الصفات التي تجعلني افخر بنفسي.			
4	أنا راض عن نفسي.			
5	اكافئ نفسي عند تحقيق هدف معين.			
6	أهتم اللاخفاقات في حياتي.			
7	اعاود المحاولة بعد حدوث الفشل			
8	أتقبل ذاتي كما هي.			
9	أتمنى السلام لجميع الشعوب.			
10	أهتم بحقوق الأخرين.			
11	اطمح ان يكون بلدي مليء بالسلام			
12	احترام اراء الجميع حتى لو كانت لا تتفق مع ارائي			
13	أرى ان تكافؤ الفرص يؤدي الى السلام			
14	احافظ على أمن الاسرة والعناية بها.			
15	اعتذر للأخرين عندما اخطأ.			
16	اشكر الاخرين على جهودهم.			
17	اتجنب السخرية من الأخرين.			
18	أستعمل أسلوب المناقشات عند الحوار.			
19	أهتم بالحصول على المعلومات لزيادة ثقافتي العامة.			

20	افضل ان اكون صداقة مع شخص مثقف.			

ملحق رقم (5)

مقياس النسق القيمي بالصيغة النهائية

وزارة العليم العالي والبحث العلمي/جامعة بابل

كلية التربية للعلوم الإنسانية

قسم العلوم التربويةوالنفسية

الدراسات الأولية-البكالوريوس

عزيزتي الطالبة ..

عزيزي الطالب..

تحية طيبة ..

بين يديك مجموعة من الفقرات التي تهدف الباحثة من خلال اجاباتكم عنها إلى التعرف على مواقفكم الحقيقية الصادقة ازاءها.. ونظرا لما تعهده فيكم من دقة وموضوعية وصراحة في التعبير عن أرائكم وافكاركم، تأمل الباحثة منكم الإجابة عن هذه الفقرات وذلك بوضع علامة **(✓)** أمام واحد من البدائل الخمسة الموضوعة أمام كل فقرة. مما ترى أنه يعبر عن رأيك أو موقفك

الجنس

ذكر ( ) أنثى ( )

أشراف . الباحثة

م.د حيدر حسن كطان نهى سالم عبيد

ت	الفقرات	تنطبق علي دائما	تنطبق علي غالبا	تنطبق علي احيانا	تنطبق علي نادرا	لاتنطبق علي ابدا
1	أهتم بمظهري.					
2	تقديري لذاتي ضعيف.					
3	لدي الكثير من الصفات التي تجعلني افخربنفسي.					
4	أنا راض عن نفسي.					
5	اكافئ نفسي عند تحقيق هدف معين.					
6	أهتم اللاخفاقات في حياتي.					
7	اعاود المحاولة بعد حدوث الفشل.					
8	أتقبل ذاتي كما هي.					
9	أتمنى السلام لجميع الشعوب.					
10	أهتم بحقوق الأخرين.					
11	اطمح ان يكون بلدي مليء بالسلام.					
12	احترام اراء الجميع حتى لو كانت لا تتفق مع ارائي.					
13	أرى ان تكافؤ الفرص يؤدي الى السلام.					
14	احافظ على أمن الاسرة والعناية بها.					
15	اعتذر للأخرين عندما اخطأ.					
16	اشكر الاخرين على جهودهم.					

17	اتجنب السخرية من الأخرين.					
18	أستعمل أسلوب المناقشات عند الحوار.					
19	أهتم بالحصول على المعلومات لزيادة ثقافتي العامة.					
20	افضل ان اكون صداقة مع شخص مثقف.					