مجلة جامعة الملك سعود، م24، العلوم التربوية والدراسات الإسلامية (4)، ص ص 1223-1257، الرياض (2012م/1433هـ)

السلوكيات السلبية وعلاقتها بالتحكم الذاتي لدى طالبات كلية الآداب بالدمام

فائقة سعيد عمر جوانه

أستاذ الصحة النفسية المساعد، كلية الآداب، جامعة الدمام

مكة المكرمة، المملكة العربية السعودية، ص.ب 57002، الرمز 21955

E – mail: F.jowanah@yahoo.com

(قدم للنشر في 1430/11/27هـ؛ وقبل للنشر في 1431/6/10هـ)

الكلمات المفتاحية: الكفاية الذاتية (الشخصية)، التحكم الذاتي، رؤية الذات، تقييم الذات، تدعيم الذات، إدارة الذات، التمرد، فقد الهدف، العدوان، انحراف عن المعايير.

ملخص البحث: تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على العلاقة بين التحكم الذاتي والسلوكيات السلبية (التمرد، فقد الهدف، العدوان، انحراف العلاقات غير السوية).

ولتحقيق الهدف صممت الباحثة استبانة تضمنت (42) بنداً موزعة على أربعة سلوكيات سلبية، تم التحقق من صدقها كما تم التحقق من صدق مقياس التحكم الذاتي لعبدالوهاب كامل بعد تعديله لمواءمته لطالبات البيئة السعودية. وقد طبقت الدراسة على عينة (517) من طالبات الفرقة الثانية والثالثة بأقسام كلية الآداب للبنات بالدمام وتتراوح أعمارهن بين (19 – 24) سنة.

أظهرت نتائج T لجميع السلوكيات الأربعة أنها لاتنطبق على أفراد مجتمع طالبات الكلية؛ حيث كانت قيمة T سالبة عند مستوى أقل من مستوى 0.05. كما توصلت إلى ارتباط دال بين ضعف التحكم الذاتي والسلوكيات السلبية الأربعة. وبلغت معاملات الارتباط بين ضعف التحكم الذاتي و: التمرد (– 0.404), فقد الهدف (– 0.505)، العدوان (– 0.220) وانحراف العلاقات غير السوية (– 0.259). وفي ضوء ما أسفرت عنه نتائج الدراسة وضعت الباحثة عدداً من التوصيات.

مقدمة

الصحة النفسية لا توهب، ولكن تكتسب بتحسين الخُلق مع الله ومع الناس والنفس. فكل شخص مسئول عن صحته النفسية، يكتسبها بإرادته وجهوده في تزكية النفس، وتنمية قدراته، وتهذيب أخلاقه. ولا يوجد إنسان كملت صحته النفسية تماماً (ما عدا الرسول صلى الله عليه وسلم)، أو انعدمت تماماً. والفرق بين المتمتع بصحة نفسية والواهن فيها فرق في درجتي الصحة والوهن (مرسي، 1988م، 120).

لذا اكتسبت عملية التنشئة (في المرحلة الجامعية وما قبلها) أهميتها في العمل على إعداد الفرد ليكون مواطناً ناجحاً وقادراً على

أن يؤدي دوره بكفاءة في مجتمعه، وأن يكون ملتزماً بقيم ومعايير ومبادئ هذا المجتمع وأهدافه. هذه هي الصورة المأمولة وهذا يتطلب تجنيب الشباب والشابات مخاطر الانزلاق في أي شكل من أشكال السلوك غير السوي أو المنحرف أو المصادم للمجتمع عموماً كسلوك التمرد والعدوان وانحراف العلاقات خاصة.

ويركز المنحى السلوكي المعرفي في علم النفس على كيفية إدراك الشخص للأحداث البيئية، وتفسير الشخص ذاته لسلوكه وتبريره له، وبناءً على هذا المنحى انتهجت أساليب تعديل السلوك الإنساني إلى ما عرف بأسلوب إعادة البناء المعرفي، والتعليم الذاتي... والهدف الأساس لهذه الأساليب هو تطوير القناعة لدى الفرد بالكفاية الشخصية Personal Efficacy (الخطيب، 1995م، 25).

والإنسان يعلم أكثر من ذي قبل أننا نعيش في عصر يزدحم بكم من المثيرات التي تأتينا عبر وسائل الإعلام وأنه لا رقيب على الفرد في سلوكه الإرادي الانتقائي إلا قدرته على التحكم في ذاته

ويرى كنفر (Kanfer & Rehm, 1977) أن التحكم الذاتي هام للتكيف الشخصي عندما يتأخر أو يغيب التعزيز البيئي (Rehm, L. P, 1977, 790).

كما دعمت عدد من الدراسات فرضيات Kanfer الخاصة بالتحكم في الذات في علاقته بالاكتئاب بين الشباب والكبار (Rehm, 1977) والكبار (Wong, et al, 1990).

والعداء (Heiby & Mearige, 2002) والالتزام بنظم الحميّة الغذائية الصحية (Heiby, et al, 1989), (Mezo, P. & Heiby, E, 2004, 238).

ويعد كنفر (Kanfer, 1970) مفهوم التحكم الذاتي Self – Control أساساً لمناقشة الأشكال المختلفة لكل من السلوك السوي والانحرافات السلوكية (الرشيدي، 1995م، 159).

أوضح نوربرت فينر أن الفشل في التحكم يمكن أن يؤدي إلى ظاهرة اللاسواء. ويتفق عبدالوهاب كامل (1988) وباحثون آخرون على أن خاصية التحكم الذاتي تمثل محوراً مركزياً يمكن أن يمتد تأثيره إلى مختلف أبعاد الشخصية المزاجية أو العقلية المعرفية (كامل، 1988م، 1).

والدراسة الحالية تقوم على أساس بحث قضية هي مدى علاقة التحكم الذاتي – بوصفه في جوهره هو ما يقوم به الفرد من سلطة واعية على نفسه – بسلوك الفرد نحو السلوكيات السلبية غير المرغوبة.

أهمية الدراسة:

هذه الدراسة وصفية وتكتسب أهميتها من أهمية المفاهيم التي تتناولها بالتحقيق العلمي، وما يمكن أن يسفر عن هذه الدراسة من نتائج تصلح لتفسير العلاقة بين التحكم الذاتي والسلوكيات السلبية، كما تكون ذات أهمية وفعالية في التدخل السيكولوجي لهذه المتغيرات.

وتتجه المدارس السلوكية في العصر الحالي نحو إعداد برامج تهدف إلى تعديل السلوك وخصوصاً فيما يتعلق بأعراض الاضطرابات السيكوسوماتية والاكتئاب والعدوانية والتخلص من بعض العادات السيئة. وذلك بعد أن فشلت الأدوية في علاج الكثير من هذه الحالات (كامل، 2002م، 410).

ويستنتج عبد الوهاب كامل (2002) أن

خصائص التحكم الذاتي المتعلقة برؤية الذات وتدعيم ومكافأة الذات وتقييم الذات تلعب دوراً رئيساً لمحورٍ هامٍ يمكن أن يكون مدخلاً لتعديل سلوك الاكتئاب وذوي الاضطرابات السيكوسوماتية.

وقد تسهم الدراسة الحالية فيما يفيد في تصميم البرامج العلاجية والإرشادية؛ ولأهمية الوقاية من أضرار السلوكيات السلبية كالعدوان والتمرد والعلاقات غير السوية وفقد الأهداف لدى طالبات الكلية يكون تدريبهن على تنمية التحكم الذاتي ووضع أهداف محددة هو الأسلوب الأطول أثراً في تعديل استجابات السلوك غير السوية.

هدف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى بحث العلاقة واتجاهها بين التحكم الذاتي لدى طالبات كلية الآداب وكل من السلوكيات السلبية: التمرد، فقد الهدف، العدوان، العلاقات غير السوية؛ ومدى شيوع هذه السلبيات لدى طالبات كلية الآداب للبنات بالدمام.

تحديد مصطلحات الدراسة

التحكم الذاتي:

يحتل مفهوم التحكم الذاتي Self – Control مكانة خاصة ليس فقط في العلوم السلوكية ولكن في أغلب فروع العلم تقريباً (كامل، 2002م، 466).

ومنذ عام 1963 أورد باندورا وولتر Bandura & Walter المظاهر السلوكية الرئيسة للتحكم الذاتي فيما يلي:

1 – قدرة الفر د على أن يحتمل تأجيل المكافأة الاجتماعية التي يجب أن يحصل عليها.

2 – إمكانية استيعاب الفرد أسباب عدم الوصول إلى الهدف في ضوء اختيار محكات مرجعية؛ ومن ثمّ يظهر التحكم هنا في إعادة صياغته لتلك المحكات المرجعية.

3 – مدى قدرة الفرد على مقاومة التجارب الفاشلة في حياته وآثارها السلبية.

4 – قدرة الفرد على إدراك ملابسات حدوث الموقف وتقديم المكافأة الذاتية عند بلوغه الهدف.

ويعرّف كنفر وكارلي (Kanfer & Karoly, 1972) التحكم الذاتي على أنه تلك العمليات التي يمكن للفرد من خلالها أن يغيّر أو يعدّل من احتمال ظهور الاستجابة سواء في وجود أو غياب التدعيم الخارجي للاستجابات. كما افترض بأنه يمكن تحليل عملية التحكم الذاتي – ويرمز له SC – إلى مكونات فرعية تتضمن:

رؤية الذات self – monitoring ويرمز له SM، تقييم الذات self – evaluation ويرمز له SE، تدعيم الذات self – reinforcement ويرمز له SR. ويرى كنفر أن القاعدة الأساسية لفهم عملية التحكم الذاتي في السلوك تعتمد على تصور أن الأفراد يتحكمون في سلوكهم الخارجي بنفس الطريقة التي يتحكم فيها أحد أعضاء الجسم في عضو آخر (كامل، 1988م، 3) ويضيف ريم (Rehm, et al., 1977) إلى أن اكتساب مهارة التحكم الذاتي في السلوك يعني الإقرار بأنشطة إيجابية وتحديد أهداف طويلة المدى ثم العمل على أخذ خطوات تجاه هذه الأهداف من أجل تحقيقها.

واقترح باندورا (1977، 1982)

توقعين أساسيين مهمين في توجيه السلوك البشري: النتيجة outcome، والكفاءة الذاتية self – efficacy. تشير توقعات النتيجة للاعتقاد بأن الهدف المرغوب سيتم تحقيقة إذا اتبع الشخص إجراءً محدداً، ومن الناحية الأخرى تشير الكفاءة الذاتية إلى تقييم الشخص بأنه قادر تماماً على ممارسة الأفعال اللازمة لتحقيق الهدف المرغوب. ويقوم توقع النتيجة على نوع التفسيرات التي يضعها الشخص لأسباب موقفه الحالي. فالأفراد الذين يعتقدون أن الأحداث نتجت بسبب أفعالهم وأن هذه الأفعال قابلة للتعديل (أي لا تعكس قصورا شخصيا عاما) يحتمل أن تتواصل محاولاتهم في تحكمهم لذواتهم.

ويخلص إلى احتياج الفرد بأن يمر الفرد بعمليات معرفية قبل أن يتم له التحكم بذاته وهذه العمليات:

- ملاحظة تغييره لطرق تفكيره المعتادة.
- تقييمه لهذا التغيير في طرق تفكيره كأمر هام لتوافقه.
- الاعتقاد أن نظام عمل محدد سيؤدي إلى النتيجة المرغوبة.
- توقعه بأنه قادر على تغيير نفسه (Rosenbaum, M, 1990, 7).

ويورد الرشيدي (1995) لـ باندورا بأنه إذا كانت محكمات تقييم الذات – من أبعاد التحكم الذاتي – صارمة فإنها يمكن أن تصبح ضمن أسباب المرض النفسي كما ينتج عنها إحساس الفرد المستمر بالنقص (الرشيدي، 1995م، 159).

وقام عبد الوهاب كامل (1988) بدمج مقياسيّ للتحكم الذاتي أحدهما يرجع لـ Rehm (1975) والآخر لـ Rosenbaum (1980) في مقياس واحد. وتوصل من تطبيقه للمقياس على عينة مصرية أن التحكم كخاصية إرادية راقية التنظيم تشير أيضاً إلى عمليات: التقييم الذاتي والرؤية الذاتية والتدعيم الذاتي في تعديل وتغيير احتمال ظهور استجابة ما (كامل، 2002م، 466).

ويشير مصطلح SC إلى مجموعة مصطلحات متنوعة:

(self – regulation) (باندورا، 1991).

(Learned Resourcefulness) (Rosenbaum, 1990).

(self-management) (Rokke & Rehm, 2001).

إلا أن بعض هذه المصطلحات لا تتطابق بشكل كامل مع SM وSE وSR .

وقد قامت دراسة (Mezo, P. & Heiby, E. 2004) بمقارنة الخصائص السيكومترية لأربعة مقاييس مصممة لقياس مهارات التحكم بالذات وهي:

1. Self – control Questionnair (Rehm 1981).
2. The Frequency of Self – Reinforcement Questionnaire (Heiby 1982).
3. The Cognitive Self – Management Test (Rude 1986).
4. The life Style Approaches Inventory (Willams et al., 1992).

وشملت العينة 369 طالب جامعي (ذوي أعراق مختلفة) وروعي حساب صدق المحتوى بصورة عادلة للمقاييس عن طريق 3 تقديرات ودرجات محددة، كما تم حساب الصدق convergent وdivergent ولم تُظهر أي من المقاييس الأربعة اختلافاً ذا دلالة بينها من حيث القدرة على تقييم التحكم بالذات ككل. ويرجع إمكانية مقارنة صدق المحتوى للمقاييس التي استخدمتها الدراسة للعلاقات

المتداخلة لـ رؤية الذات، وتقييم الذات، وتدعيم الذات. وقد ظهر ارتباط الأدوات الأربع بشكل واضح مع المقاييس الخاصة بالاكتئاب والضيق والنتائج السلوكية للتحكم بالذات (Mezo, P. & Heiby, E, 2004, 242).

كما تم التأكيد على توخي الحذر من الأخذ بالفروق الإحصائية الواضحة على أنها واضحة إكلينيكياً. هذه الدراسة المقارنة توحي بالمكانة التي احتلها مفهوم التحكم الذاتي منذ ظهوره للوقت الحالي إلا أن ريم (Rehm, 2003) يرى بأن المفهوم فقد حظّوته بين الدراسات، وحبّذ مصطلح Self – Management إدارة الذات الذي وصفه بأنه أقل تقبلاً للإيحاءات الإضافية عن التحكم الذاتي. ويشير هذا المصطلح إلى نماذج نظرية معينة من العمليات التي من خلالها يُوجه الناس للتحكم بسلوكهم. كما يرى Rehm بأن تركز إجراءات العلاج بإدارة الذات على الطرق التي يحقق بها الأفراد أهدافاً بعيدة المدى وتعالج هذه الطرق المشاكل الناتجة إثناء محاولة التحكم في الذات حينما يوجه فيها السلوك بدون تعزيز فوري بل تعزيز مؤجل (Rokke, P. D. & Rehm, L. P, 2003, 174).

وفي نهاية تلك الإجراءات والعمليات يحصل الأفراد على مهارات عامة لتكييف السلوك وتغييره.

ومما يجدر ذكره أن الجمعية الأمريكية لعلم النفس قد اعترفت بفعالية علاج الاكتئاب بطريقة التحكم الذاتي كما عززت الدراسات التي تناولت مفهوم دوره كمصطلح للتدريب ونجاحه في التخفيف من الفوبيا واضطراب العادات وامتصاص المشاكل (Mezo, P. & Heiby, E, 2004, 238).

ودرس بتاجليني وآخرون (Battaglini, et al, 2005) التأثيرات الاجتماعية للتحكم الذاتي وأنها تشكّل الأساس لجماعات مساعدة الذات ولتفاعلات جماعات الأقران بين الشباب. فركزت الدراسة على الاستفادة من التأثير الذي يحدث للفرد الذي ينضم إلى جماعة من الأقران تعاني من المشكلة نفسها كجماعة مساعدة متعاطي العقاقير أو الخضوع لأنظمة الحمّية لإنقاص الوزن الزائد، النشاط الإجرامي، التغيب عن المدرسة. فهو يرى أن ملاحظة أفعال أشخاص متشابهين هي بمثابة مصدر معلوماتي إضافي للفرد نفسه حول قابليته واستعداده للتحكم الذاتي. حيث يقيّم مقدرة أقرانه على التعامل مع مشاكلهم أثناء محاولتهم التحكم بذواتهم وضبطها. مع الأخذ في الحسبان أن هذه المعلومات تكون جيدة عندما تتم ملاحظة سلوك الآخرين وهم يعملون على الالتزام بمبدأ معين كالتحكم بذواتهم أمام إغراءات سلوكهم المنحرف (وتُعَدُّ معلومات سيئة إذا لوحظ لديهم نكوص).

كما يذكر بأن ديناميكيات الذات تلعب دوراً أساسياً في نظرية تأثيرات الأقران:

1 – فنجاح أحد الأعضاء في امتناعه أي تحكمه في ذاته يحسّن من ثقته بنفسه وثقة الآخرين بأنفسهم وهذا بدوره يؤدي إلى ضبط أكثر للذات مستقبلاً.وسوء السلوك يثير معلومات عكسية.

2 – سيجد الأفراد أن مجموعات مساعدة الذات تستحق الانضمام إليها، ويظلون فقط إذا كانت لديهم ثقة كافية في مقدرتهم الخاصة ومقدرة أقرانهم على عدم النكوص (Battaglinu, M. Benebou, R. & Tirole, J, 2005, 108).

السلوكيات السلبية:

هو كل سلوك يصدر من الطالبة ويكون غير مرغوب فيه من قِبل الهيئة التعليمية، لأنه ينحرف عن السلوك السوي للوائح الكلية ولما هو متعارف عليه في المجتمع، واقتصرت الدراسة الحالية على مظاهر:

التمرد Mutiny:

تعرف شادية عبدالخالق (1992) التمرد والسخط بأنّه معاناة الفرد وإحساسه بعدم الرضا عن كل ما يحيط به في مجتمعه من موضوعات ونظم وأساليب للتعامل، وإحساسه بالإحباط والغضب والرغبة في التعبير أو الاحتجاج والتحطيم والعدوان (أحمد عبد الخالق، 1992م، 22).

وتعرفه جميلة إبراهيم(1998) بأنه صورة من صور الاحتجاج الصريح والمعلن تجاه السلطة والآخرين (إبراهيم، 1998م، 32).

فقد الهدف Lack of goal:

يرى اونوفيدرمان (1975) أنّ فقدان الهدف هو عدم قدرة الفرد على التحكم في مصيره، والذي يجعله قلقاً مما يؤدي إلى ظهور الاضطرابات النفسية في السلوك (إبراهيم، 1998م، 32).

ويرى (May, 1983) أنّ الإنسان يخبر القلق إذا فشل في معرفة مغزى وجوده والهدف من حياته (May, R, 1977, 3).

ويؤكد فيليب Zimberde أن زيادة الضغوط النفسية والعقلية التي يتعرض لها الفرد تؤدي إلى عالم لا شخصي لا يعرف فيه الناس بعضهم البعض حتى لو تواجدوا في بقعة جغرافية محددة، وأكثر من ذلك يميل الفرد إلى أن يشعر بأنه مفقود الهوية ويعاني من سوء التكيف (عبد السلام، 2005م، 166).

كما ترى عفاف عبدالمنعم (1989)أن فقدان الهدف هو فقدان الفرد لدواعي التخطيط لحياته ومستقبله، وعجزه عن تحقيق ما يريده من أحداث الحياة وفهم ما يدور حوله ويترتب على ذلك شعوره بالضآلة والإحباط ونقص فاعليته الشخصية (عبدالمنعم، 1989م، 40).

وتعرّف جميلة إبراهيم (1998) فقدان الهدف بأنه صورة من عدم التكيف مع الذات ومع الآخرين وتتضح مظاهره في اللاّمبالاة بمستقبله وبالمحيطين حوله (إبراهيم، 1998م، 32).

العدوان Aggression:

يؤرخ معتز عبدالله بدراسة Dollard, (1939) كأول محاولة جادة للبحث التجريبي المنظم للعدوان البشري (الخاصة بالإحباط والعدوان) ثم توالت دراسات مثل Buss ثم (Bandura, 1973) وبارون (1977) لقياس العدوان (عبد الله، 2005م، 5).

ويرى مصطفى سويف (1968) أن العنف (ويتضمن العدوان) يمثل أحد أشكال الاستجابات المتطرفة التي يلجأ إليها بعض الأفراد الذين يعايشون الهامشية marginality في المجتمع ومايرتبط بها من الاغتراب والشعور بالعجز كالتالي (عبد الله، 2005م، 51).

على حين يضّمن فؤاد البهي السيد (1981) عدوان الفرد على ذاته ضمن تعريفه للعدوان , حيث يقول: الاستجابة التي تعقب الإحباط ويراد بها إلحاق الأذى بفرد آخر أو حتى بالفرد نفسه كالانتحار (السيد، 1979م، 174) ، فإن معتز (2005) يخرج ذلك من تعريفه. ويرى (Aronson،etal, 2002) أن مفهوم العداء أو العداوة Hostility يشير إلى الاتجاهات العدوانية ذات الثبات النسبي والتي تعبر عنها بعض الاستجابات اللفظية التي تعكس مشاعر سلبية (نيّة غير حسنة) وتقويمات سلبية (عبد الله، 2005م، 44).

ويميّز معتز العدوان عن توكيد الذات بأنّ الأول يبرز من مشاعر عدائية واتجاهات سلبية نحو الأشخاص الآخرين الذين يوجه إليهم العنف، على حين يبرز توكيد الذات من مشاعر إيجابية أو على الأقل محايدة نحو الآخرين (عبد الله، 2005م، 48).

ويمكن القول بأنّ العدوانية سلوك للفرد يتضمن إلحاق الأذى بالآخرين عن طريق العنف الجسمي أو اللفظي أو بالكيد أو بالمؤامرة وسوء النية وهي لها مظاهر سلوكية عديدة (إبراهيم، 1998م، 30).

ومن مظاهر العدوان في هذه الدراسة: المشاجرات مع الزميلات وسبّهن، والرغبة في تحطيم الأشياء، وإخفاء مذكرات من يتشاجرن معها من الطالبات، والكتابة على الجدران ضد شخصية معينة للتعبير عن الغضب، والسخرية ومضايقة الأستاذات بفتح أبواب المدرجات عليهن أثناء محاضراتهن.

العلاقات غير السوية (انحراف عن المعايير)

Deviation from norms

تناول الباحثون الانحراف بمسميات كثيرة منها: الشذوذ، واللاسواء، الاضطراب. ومع اختلافهم حول المسميات، فإنهم متفقون على أنّها سلوكيات سيئة مذمومة، لا يقبلها عقل، ولا يقرها قانون، ولا يوافقها عرف لأنها تؤذي فاعلها وتعوق نموه، وتفسد علاقاته بغيره، وتشعره بالتوتر والقلق والشقاء (مرسي، 1988م، 175).

وتختلف علامات السلوك المنحرف من مجتمع إلى آخر وتختلف في المجتمع الواحد بتباين المرحلة الزمنية. إلا أن هناك علامات رئيسة تصلح كل منها للدلالة على نوع من السلوك المنحرف – على الأقل في مجتمعاتنا – التي تأخذ بالمعيار الإسلامي الذي يحدده القرضاوي بأن السلوك المنحرف هو الذي فيه تعد على حدود الله بفعل المحرمات أو المكروهات، كالقتل والزنا والسرقة، وشرب الخمر، وشهادة الزور والربا... وغيرها، أو فيه إهمال للواجبات المفروضة مع القدرة عليها، أو فيه عمل الواجبات مع فساد النوايا في عملها (مرسي، 1988م، 166).

وفي هذه الدراسة تم تناول مخالفة المعايير بالنسبة لسلوك إقامة علاقات غير مباحة (فهي غير سوية) مع شاب سواء بالتليفون أو بالانترنت وبدون علم الأهل واختلاطها على الأقل بصديقة تمارس السلوك نفسه وإقرارها بأنّ من حقوقها مقابلة أي

شخص وبدون علم أسرتها من خلال إجابتها على خيارات 5 عبارات بالإضافة إلى (2) عبارة تخص إفراط الطالبة في علاقتها بزميلتها بأن تفرّط في بعض محاضراتها من أجل صديقتها التي تحبها إلى جانب مبالغتها في عواطفها مع صديقتها أمام الآخرين.

الدراسات السابقة

تم تقسيم الدراسات السابقة إلى مجموعتين: **المباشرة وهي التي تناولت متغير التحكم الذاتي** وهي قليلة عربياً (الرشيدي، 1995)، (كامل، 1998). أما الأجنبية فيشير مصطلح SC إلى مجموعة مصطلحات متنوعة كما ذكر سابقاً في مناقشة المفهوم مما دعا (Rooke & Rehm, 2003) إلى تفضيل استخدام مصطلح إدارة الذات Self – Management في دراسات تالية (Rokke, P. D. & Rehm, L. P, 2003, 173-175).

والقسم الثاني الدراسات غير المباشرة والتي تناولت علاقة أحد متغيرات الدراسة بوجهة الضبط أو كفاءة الذات (وهما من عناصر التحكم الذاتي).

أولاً: دراسة Heiby & Mearige, 2002

هدفت الدراسة إلى التحقق من ارتباط درجة مهارات التحكم الذاتي بعدد من مقاييس العدوان. شملت العينة 68 (54 طالبة، 14طالباً) بفصول جامعية بمتوسط عمر 23.7 سنة وانحراف معياري 4.87، وتنتمي العينة لجنسيات متعددة وأعراق مختلفة كالأمريكي والهندي وآلاسكي ومن الباسفيك والآسيويين واليابان والصين.وتم استخدام استخبار للتعزيز الذاتي كإحدى مهارات التحكم الذاتي وهو من إعداد (Heiby 1982, 1983) وقائمة (Buss & Durkee, 1957) وقائمة (Buss & Perry ,1992) لقياس الاعتداء الكلامي، والمادي، والعدوانية، والغضب وقائمة ردّ الفعل لقياس الأحداث التي تثير الغضب (Evans & Stangeland , 1973) ومقياس سمة الغضب (Spielberger et al.,1983).

ومن النتائج:

- تراوحت معاملات الارتباط السلبية بين مقاييس التحكم الذاتي والعدوانية بين 0.25 – 0.38 وهي تطابق حجم تأثير متوسط بحسب معايير (Cohen, 1988).
- الأفراد ذوو الدرجات المنخفضة في مهارات التحكم الذاتي سجلوا درجات أعلى في العدوانية في جميع المقاييس باستثناء حالة وسمة الغضب، ودرجات قائمة ردّ الفعل.

دراسة Heiby & Mearige, 2002

هدفت الدراسة إلى التحقق من انخفاض درجة مهارات التحكم بالذات الذي يرتبط بالسلوك غير التوافقي والعواطف السلبية وتكونت العينة من 53 (39طالبة و14 ذكراً) من طلبة الجامعة بمتوسط (23,4سنة) وانحراف معياري (5,7) واستخدمت كلا من استخبار (Heiby 1982, 1983) لمهارات التحكم بالذاتي (التعزيز الذاتي)، وقائمة مختصرة لأعراض سوء التوافق العام (Derogatis & Spencer, 1982) وتشتمل على 9 مقاييس منها اكتئاب وقلق وعدوانية.وتوصلت إلى معامل ارتباط بين أداء العينة على مقياس التحكم الذاتي وأعراض سوء التوافق العام (– 0.60).

دراسة هارون الرشيدي (1995):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن تأثير معنى الحياة في التحكم الذاتي، وعن التحكم الذاتي كمنبئ لمعنى الحياة وشملت العينة (110) من طلاب الفرقة النهائية بكلية التربية بكفر الشيخ تتراوح أعمارهم بين (20–22) سنة وهم من الذكور والإناث واستخدم مقياس التحكم الذاتي للدكتور عبدالوهاب كامل (صورة عربية لدمج مقياس ريم 1975، روزنبوم 1981).

كما دمج الباحث مقياس أهداف الحياة لـ كرامبيه (Moholich & Crumbaug, 1964) في مقياس واحد مترجم أطلق عليه معنى الحياة وقننه على عينة مصرية.

وأظهرت النتائج أنّ الطلاب مرتفعي معنى الحياة يتفوقون في درجة التحكم الذاتي عن الطلاب منخفضي معنى الحياة وبلغت ت 23,48 بدلالة 0.01 كما ظهر أنّه يمكن التنبؤ بمعنى الحياة من متغيرات التحكم الذاتي (ف= 4,16 بدلالة 0.01).

دراسة عبد الوهاب كامل (1989):

قامت الدراسة للتحقق من أنّ الذين يعانون من بعض الاضطرابات النفسجسمية تظهر لديهم بعض التشوهات في رؤيتهم لذواتهم وتقييمها والتدعيم لها.

وشملت العينة 155 (79 أنثى، 64 ذكراً) تتراوح أعمارهم مابين 22 – 46 سنة من الذين أتموا المرحلة الجامعية.

طبق الباحث مقياس بك Beck (إعداد غريب عبدالفتاح 1985) ومقياس Kornell (إعداد محمود أبوالنيل، 1983) الذي أثبت كفاءة تشخيصية في التفرقة بين الأسوياء وغير الأسوياء. ثم تمّ تقسيم العينة بعد حساب المئينيات إلى ثلاث مجموعات:

1 – عديمة الاضطرابات نفسية جسمية بدرجة نسبية.

2 – مجموعة الاضطرابات نفسية جسمية البسيطة.

3 – مجموعة الاضطرابات نفسية جسمية الشديدة.

ومن النتائج:

- ارتفاع متوسط المجموعة الأولى سواء كان التقسيم باستخدام مقياس Beck أو باستخدام Kornell (أي المجموعة ذات السواء النسبي) وذلك على جميع المقاييس الفرعية للتحكم الذاتي. مما يعني أنّه كلما زادت إمكانيات الفرد على ممارسة التحكم الذاتي انخفض احتمال ظهور الاضطرابات الانفعالية النفسجسمية.

- اتفقت نتائج الدراسة مع دراسات سابقة حول معاناة المكتئبين من رؤية سلبية للذات وبعض التشوهات الإدراكية حول تقييم ذواتهم (كامل، 2002م، 423).

ثانياً: دراسة معتز عبدالله (2005):

وقد أجريت بهدف الوقوف على طبيعة السلوك العنيف لدى مجموعة من الطلاب والطالبات وإدراكهم للعنف الموجه لهم من قبل السلطة في الجامعة، وطبيعة إدراكهم لأسباب العنف ومظاهره وكيفية معالجته. وتمّ تطبيق مقياس العنف من إعداد الباحث، ومقاييس للشخصية منها:

- مقياس تقدير الذات (ويتضمن اعتبار الذات، الثقة الاجتماعية، القدرات الجامعية) لفلمنج وكورتني (1984) وتعريب محمد الشناوي وعلي بداري (1985).

- مقياس توكيد الذات (Rathus, 1973)، وتعريب (محمد الشناوي 1985) / استخبار

الاندفاعية لايزنك وترجمة عبدالحليم السيد / صورة مختصرة لمقياس نمط السلوك (أ) إعداد جمعة يوسف (1994) وتم تطبيق هذه الأدوات على العينة 595 (276 طالب + 317 طالبة) بجامعة القاهرة. وتوصلت إلى النتائج:

- ارتباط العنف العام ارتباطاً سلبياً بكل من اعتبار الذات (0.01) وبتقدير الذات (0.05) لدى الطالبات.
- مساهمة كل من الغضب والبحث عن الإثارة واعتبار الذات في التنبؤ بالعنف العام لدى عينة الطالبات.
- اتفق الطلاب والطالبات على أن أهم أسباب السلوكيات العنيفة عدم وجود فرص عمل بعد التخرج ثم ضغوط الحياة التي يعيشها الطلاب وافتقادهم للحوار العملي بين الطلاب والأساتذة.

دراسة Jerusalem.M. & Mittagw, 2002

استهدفت الدراسة تأثير الكفاءة الذاتية ومتغيرات أخرى (في مواجهة الضغوط) على مستوى وتغير التكيف وشملت العينة 55 أنثى و69 ذكرا تتراوح أعمارهم بين 18 – 30سنة. وامتدت الدراسة على مدى ديسمبر 1989 – 1991 ومن الأدوات التي تم تطبيقها: الكفاءة الذاتية لباندورا، والقلق من قائمة السمات الشخصية، وقياس المعارف الإدراكية (تقييم التحدي المدرك أو التهديد والخسارة) ومن النتائج:

– تعمل عناصر (معتقدات) الكفاءة الذاتية كمصدر للعوامل الشخصية التي يستطيع بها المهاجر أن يواجه الضغوط الناتجة عن الانتقال والهجرة والعكس صحيح في حالة ضعف تلك العناصر للكفاءة. فالأشخاص ذوو الإحساس العالي في إدراكهم بالكفاءة يثقون في قدراتهم الشخصية في التغلب على ما يواجههم ويميلون إلى تفسير مايعترضهم من مشاكل على أنها تحديات أكثر منها تهديدات أو أحداث يصعب السيطرة عليها موضوعياً (Jerusalem, M. & Mittag,W, 1999, 178).

دراسة عبد الله إبراهيم ومحمد عبدالحميد (1994)

هدفت الدراسة للكشف عن طبيعة العلاقة بين العدوانية ومتغيري الشخصية (موضع الضبط وتقدير الذات) وتكونت العينة من (208) طالب اختيرت بطريقة عشوائية من أقسام مختلفة بكلية اللغة العربية والعلوم الاجتماعية بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بالجنوب وتم تطبيق الأدوات: – استخبار العدوانية من إعداد الباحثين (45 عبارة)، ومقياس موضع الضبط Lefcourt (1981) وترجمه وأعدّه للعربية علي بداري ومحروس الشناوي، ويهدف إلى قياس درجة تحكم الأفراد في الأحداث المتصلة بتحصيلهم الدراسي واندماجهم الاجتماعي، ومقياس تقدير الذات كحالة Heathertn (1991) وترجمه الباحثان للعربية وكانت النتائج:

- وجود علاقة موجبة بين موضع الضبط الخارجي والعدوانية، أي أن هناك تلازماً في زيادة درجة موضع الضبط ودرجة العدوانية ونقصانها معاً أيضاً.
- وجود علاقة سلبية بين تقدير الذات الإيجابي والعدوانية. فكلما زاد تقدير الفرد لذاتة قلّت عدوانيته.
- وجود تأثير مشترك بين موضع الضبط وتقدير الذات في درجة العدوانية. وأنّ

تأثير تقدير الذات أقوى إذ يبلغ أربعة أمثال تأثير موضع الضبط.

دراسة جابر عبدالحميد وعلاء كفافي (1988):

شملت الدراسة (225) شخصاً، منهم (122 طالبة، 31 طالباً) بالمرحلة الجامعية (32 طالبة، 40 طالباً) بالمرحلة الثانوية، واستخدمت مقاييس مختلفة أهمها مقياس (وجهة الضبط تقبل الذات – تقدير الذات – ذات أكاديمي – دافعية الإنجاز – قوة الأنا – الميل إلى المعايير الاجتماعية). أظهرت النتائج أن أصحاب التوجه الداخلي أكثر تقبلاً لذواتهم من أصحاب التوجه الخارجي، كما تأكدت العلاقة الإيجابية بين التوجه الخارجي والميل إلى التقليل من قيمة الذات والعكس صحيح حيث ترتبط الوجهة الداخلية في الضبط مع التقدير المرتفع للذات. كما أظهرت النتائج أن صاحب الوجهة الداخلية في الضبط أكثر ميلاً ورغبة في الظهور بالمظهر المقبول اجتماعياً بالمقارنة بصاحب الوجهة الخارجية.

التعليق على الدراسات:

من العرض السابق نجد أنّ معظم الدراسات أجريت على طلاب وطالبات جامعيين وأن الدراسات التي حاولت بحث العلاقة بين التحكم الذاتي وأحد متغيرات الدراسة مباشرة تم التوصل خلالها إلى ارتباط بين التحكم الذاتي والعداوة Hostility بدراسة (Heiby, 2002) وارتباط بين التحكم ومعنى الحياة (مصطلح معاكس لفقد الهدف).

كما وجدت دراسة أخرى (Heiby, 2002) ارتباطاً بين التحكم وأعراض عدم التوافق ودراسة كامل (1988) بين التحكم والاضطرابات السلوكية أي عدم السواء.

بما أن الدراسة الحالية تتناول العلاقات غير السوية كالاتصال بالشباب (من قبل الإناث) وتكوين علاقة غير مشروعة، كما تتناول التمرد؛ لذا عرضت الباحثة دراسات غير مباشرة تناولت مثلاً علاقة الميل للمعايير الاجتماعية بوجهة الضبط الداخلي (كفافي؛ وعبد الحميد، 1988) وارتباط التكيف بكفاءة الذات (Jerusalem & Mittage, 2002). وكذلك ارتباط العدوان بكل من موضع الضبط الخارجي (عبدالله إبراهيم؛ وعبد الحميد، 1994) وباعتبار الذات (معتز، 2005).

أما دراسة (Battaglini, 2005) فقد أشارت لأهمية انضمام الفرد لجماعة تعتبر مساعدة للفرد ليتدرب على التحكم في ذاته إلا أنّه تجلى في نتائجها أنّ الشخص ضعيف التحكم يبدي سلوكاً غير سوي.

وعلى هذا فالدراسة تفترض الفروض التالية:

فروض الدراسة:

1 – تظهر لدى طالبات الكلية أعراض السلوكيات السلبية التالية:

التمرد، فقد الهدف، العدوان، العلاقات غير السوية.

2 – توجد علاقة ارتباط سالبة دالة إحصائياً بين متغير التحكم الذاتي والسلوكيات السلبية (التمرد، فقد الهدف، العدوان، العلاقات غير السوية).

إجراءات البحث

منهج الدراسة:

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي بوصفه المنهج المناسب لتحقيق

أهداف الدراسة.

أولاً: العينة:

يتكون مجتمع الدراسة من (517) من طالبات الفرقة الثانية والثالثة المنتظمات بكلية الآداب للبنات بالدمام بالمنطقة الشرقية للعام الدراسي 1428/1427 هـ. وتم اختيار أفراد العينة باستخدام الأسلوب العشوائي الطبقي حيث تم الدخول لجميع المدرجات المتاحة للفرق الثانية والفرق الثالثة. وتم تعريفهن بأهداف البحث دون تحديد المتغيرات , وأهمية تعاونهن وثقتهن بالسرية لبيانتهن وتراوحت أعمارهن بين 19 – 24 سنة وتم استبعاد المتزوجات.

الجدول رقم (1). عينة الدراسة.

الفرقة / القسم	الثانية	الثالثة	المجموع	النسبة إلى العينة
الدراسات الإسلامية	63	48	111	%21.47
اللغة العربية	50	31	81	%15.67
اللغة الإنجليزية	49	43	92	%17.79
التاريخ	55	53	108	%20.89
الجغرافيا	60	65	125	%24.18
المجموع للعينة	277	240	517	100
العدد الأصلي للفرقة	2092	1584	3676	
النسبة إلى العدد الكلي			%14.1	

ويبين جدول رقم (1) توزيع أفراد العينة حسب القسم. ويمثل هذا العدد قرابة 14 % من إجمالي الطالبات المسجلات في هذه الأقسام في الفصل الدراسي الأول للعام 2007/2006 م.

ثانياً: أدوات الدراسة:

استخدمت الباحثة

1 – استبانة السلوكيات السلبية إعداد الباحثة

2 – مقياس التحكم الذاتي للدكتور عبدالوهاب كامل.

استبانة السلوكيات السلبية:

بدءاً ً استخدمت الدراسات السابقة مصطلح المشكلات لما استهدفته الدراسة الحالية ويتضح من الاطلاع على المقاييس الأجنبية للمشكلات أن تلك المقاييس تعكس واقعاً اجتماعيا ونفسياً له خصوصيته الثقافية، ومن ثم فإن مصداقيتها مردودة إلى ذلك الواقع دون غيره. أما الدراسات العربية التي استخدمت مقاييس للمشكلات مثل: دراسة فيصل الزراد (1978) استخدمت قائمة المشكلات من إعداد منيرة حلمي. وهناك دراسة محمد زعتر (1986) فقد استخدمت مقياس مشكلات الطالب الجامعي وحاجاته الإرشادية للدكتورة نادية الشريف ود.محمد عودة وهو يتضمن مجالات: الصحي،النفسي،الانفعالي، القيمي، الاجتماعي، الدراسي والإرشادي. (وكلا المقياسين غير ملائم لما هدفت الدراسة الحالية لدراسته لدى طالبات الكلية).

أما دراسة جميلة عباس إبراهيم

(1998) فقد تضمنت مشكلات؛ العدوانية، التمرد، فقدان الهدف،ضعف الانتماء للمجتمع والاغتراب عن الأسرة.

وتضمنت دراسة هانم ياركندي (1999) استبانة للمشكلات السلوكية للفرقة الأولى والثانية ثانوي فقد شملت مجال التقصير في أداء الواجبات، العلاقات مع الآخرين، الإخلال بنظام المدرسة، التقصير في الأمور الدينية. وقد استفادت الباحثة من الدراستين الأخيرتين.

تصميم استبانة السلوكيات السلبية:

وهو من إعداد الباحثة الحالية. وتم تصميمها لقياس بعض السلوكيات السلبية التي تصدر عن طالبات الكلية (الفرقة الثانية والثالثة). وقد أسفر استفتاء محدود وجهته الباحثة لـ50 طالبة أثناء محاضرة عن تقدير الطالبات للسلوكيات غير المرغوبة، ويلاحظ صدورها من طالبات بالكلية، عن سلوك: التمرد وفقد الهدف والعدوان. وأضافت الباحثة انحراف العلاقات غير السوية، وذلك لاستهداف الباحثة أن يكون أحد السلوكيات المتضمنة بالدراسة، لاستقصاء ذلك السلوك بصورة علمية عوضاً عما يشاع من زيادة الانحرافات بين الجيل الناشئ.

خطوات إعدادها:

- بعد الاطلاع على الدراسات السابقة والمقاييس المستخدمة بها جرت مناقشة عدد من أعضاء هيئة التدريس عما يواجهنه من مظاهر للسلوكيات السلبية المحددة سابقاً لدى طالبات الكلية:
- تم إعداد الاستبانة في صورتها الأولية من أربعة محاور وتضم (45) عبارة.
- عرضت الاستبانة على (5) محكمين تخصص علم نفس، حيث عرفت السلوكيات المحددة (التمرد، فقد الهدف، العدوان، العلاقات غير السوية). وطلب منهم تحديد مدى صلاحية عبارات كل محور لقياس ما يريد المحور أن يقيسه. وبناءً على هذه الخطوة تم الإبقاء على العبارات التي حظيت بنسبة اتفاق 85% فأكثر.
- طبقت الصورة المعدلة على عينة من الطالبات (ن=43)طالبة، وذلك لحساب صدق الاستبانة وثباتها، كما تم مناقشتهن بعد التطبيق عن مدى وضوح العبارات.
- بناءً على نتائج عينة التقنين من حيث الصدق، تم الإبقاء على العبارات التي أثبتت معاملات ارتباطها اتساقها بالمقياس ككل (الاتساق الداخلي). ويوضح جدول رقم (2) قيم معاملات الارتباط.

الصورة النهائية للمقياس: يتضمن أربعة سلوكيات سلبية وتكّون (42 عبارة):

-سلوك التمرد 12 عبارة (بدرجة قصوى 48 درجة).

-سلوك فقد الهدف 10 عبارات (الدرجة القصوى 40).

-سلوك العدوان 12 عبارة (الدرجة القصوى 48 درجة).

-العلاقات غير السوية 8 عبارات (بدرجة قصوى 32 درجة) (ملحق رقم 1).

طريقة التطبيق والتصحيح:

يطبق المقياس بشكل فردي أو جماعي بعد قراءة التعليمات. وقد يحتاج 15 دقيقة. أما تصحيح المقياس فتقوم الطالبة بتحديد استجابتها على مقياس خماسي لكل عبارة (دائماً , غالباً , أحياناً , نادراً , لا) وتعطي القديرات (4, 3, 2, 1, 0) وتدل الدرجة

المرتفعة بكل مقياس فرعي على اتجاه الطالبة للتصرف بدرجة عالية من ذلك السلوك.

الجدول رقم (2). قيم معامل الارتباط بين درجات كل عبارة مع درجة المقياس الذي يحتويها على مقياس السلوكيات السلبية ن = 43.

التمرد		فقد الهدف		العدوان		العلاقات غير السوية	
رقم العبارة	معامل الارتباط ودلالته الإحصائية	رقم العبارة	معامل الارتباط ودلالته الإحصائية	رقم العبارة	معامل الارتباط ودلالته الإحصائية	رقم العبارة	معامل الارتباط ودلالته الإحصائية
4	,517**	1	,457	3	,39**	7	,728**
8	,589**	2	,437**	6	,572**	11	,48**
12	,43**	5	,40**	10	,624**	16	,73**
15	,677**	9	,407**	14	,313*	24	,66**
17	,693**	13	,52**	19	,324*	26	,45**

تابع الجدول رقم (2).

التمرد		فقد الهدف		العدوان		العلاقات غير السوية	
رقم العبارة	معامل الارتباط ودلالته الإحصائية	رقم العبارة	معامل الارتباط ودلالته الإحصائية	رقم العبارة	معامل الارتباط ودلالته الإحصائية	رقم العبارة	معامل الارتباط ودلالته الإحصائية
21	,637**	18	,538**	20	,434**	34	,487**
27	,394**	22	,729**	23	,465**	38	,68**
29	,56**	28	,509**	25	,409*	42	,24
30	,609**	32	,442**	31	,52**		
36	,40**	41	,51**	33	,436**		
37	,459**			35	,34*		
39	,529**			40	,564**		

(*) دال عند 05,=304, ** دال عند 01,=39,

ويتضح من جدول رقم (2) أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عدا العبارة رقم (42) وهي تتعلق بالعبارة «أرافق صديقتي التي أحبها رغم ما يسببه ذلك لي من تفريط في بعض محاضراتي» وحبذت الباحثة إبقاءها لاتفاقها مع تعريف العلاقات غير السوية.

الجدول رقم (3). مصفوفة معاملات الارتباط بين السلوكيات السلبية الأربع ن = 517.

	التمرد	فقد الهدف	العدوان	العلاقات غير السوية	مجموع السلوكيات السلبية
التمرد					

	التمرد	فقد الهدف	العدوان	العلاقات غير السوية	مجموع السلوكيات السلبية
فقد الهدف	,50**				
العدوان	,537**	,344**			
انحراف العلاقات	,494**	,298**	,357**		
مجموع السلوكيات السلبية	,838**	,781**	,719**	,641**	

ويدل جدول رقم (3) على الاتساق الداخلي لمتغيرات مقياس السلوكيات السلبية. ومنه يتضح أعلى درجة ارتباط بين العدوان والتمرد.

الخصائص السيكومترية للمقياس:

الصدق: كما ذكر في خطوات الإعداد تم إجراء صدق المحكمين، كما تم حساب الاتساق الداخلي.

نظراً لتوافر الدراسات السعودية التي أكدت صدق مقياس الطمأنينة النفسية لفاروق عبد السلام في التمييز بين الأسوياء والطلاب المترددين على العيادة النفسية لما يعانونه من اضطرابات كالمخاوف والوساوس (عبد السلام، 1979م، 5)، فقد قامت الباحثة باستخدامه على عينة التقنين كمؤشر مميّز بين مجموعة الطالبات الأعلى درجة على مقياس السلوكيات السلبية ومجموعة الأقل درجة على المقياس نفسه لتوقع الباحثة بتميز المجموعة الأخيرة بطمأنينة نفسية أعلى مما يشير بصدق مقياس السلوكيات السلبية، وبتطبيق طريقة المقارنة الطرفية التي تعتمد على مقارنة متوسط درجات أعلى 27% من أفراد العينة على مقياس السلوكيات، بمتوسط درجات أدنى 27% من أفراد العينة على المقياس نفسه تمّ حساب دلالة الفروق بين هذه المتوسطات (السيد، 1958م، 560).

الجدول رقم (4). Group Statistics

VAR00001 المتغير	N	Mean المتوسط	Std. الانحراف المعياري Deviation	Std. Error Mean الخطأ المعياري للمتوسط
الأقل سلبية طمأنينة	11	22,6364	5,73189	1,72823
الأكثر سلبية	11	30,6364	9,45804	2,85171

Independent Samples Test نتائج T للعينات المستقلة الخاصة بمتغير طمأنينة لمجموعتين

	Levene's Test for Equality of variances		t – test for Equality of Means						
	F	Sig. قيمة مستوى المعنوية	T قيمة المختبر الإحصائي	Df درجة الحرية	Sig. (2 – tailed)	Mean Difference الفرق ين متوسطي عينتين	Std. Error Differen e خطأ معياري فرق متوسطين	95% confidence interval of the Difference	
								Lower	Upper
Equal variances assumed طمأنينة	2.004	,172	2,399 –	20	,026	8.0000 –	3.33452	14.95568 –	1.04432 –
Equal			2,399 –	16.472	,029	8.0000 –	3.33452	15.05242 –	,94758 –

variances not assumed									

يتضح من جدول رقم (4) أن قيمة ت بلغت (– 2.39) ودلالتها الإحصائية (0.026) أقل من (0.05), أي إن هناك اختلافا ذا دلالة في درجات الوسط الحسابي لمتغير الطمأنينة لكل مجموعة من المجموعتين (الأكثر سلبية،والأقل سلبية) مما يؤكد صدق مقياس السلوكيات السلبية. مع ملاحظة إشارة السالب لاتجاه درجة الطمأنينة المعاكس لزيادة درجة السلوك السلبي (بالانت، 2006م، 232).

الثبات: تم حساب الثبات بطريقة إعادة التطبيق: حيث تم تطبيق المقياس على عينة التقنين (ن=24) ثم أعيد التطبيق مرة أخرى بعد مضي 3 أسابيع. وتم حساب معامل الارتباط بين درجتي كل طالبة في مرتيّ التطبيق فكانت قيمة (ر= 0.88) وهو معامل يوثق به.

مقياس التحكم الذاتي:

قام عبد الوهاب كامل بدمج كل من مقياس ريم Rehm (1975) (40 عبارة) ومقياس Rosenbaum (36 عبارة) وكل منهما يحدد درجة كلية للتحكم الذاتي. ثم قام بإجراء التحليل العاملي للكشف عن مكونات عملية التحكم كما افترضها كنفر Kanfer (1970) كمحكات لمحتوى عبارات المقياس. نتيجة عملية التحقق من صدق وثبات العبارات، استخلص 51 عبارة من (76) عبارة ثم أضاف 3 عبارات تتفق مع تعريفات التحكم الذاتي وبذلك أصبح المقياس في صورته النهائية مكوناً من (54) عبارة.

تم حساب ثبات المقياس بتقدير قيمة معامل إرتباط نصفي المقياس (الفردي والزوجي فبلغ (0.6939) (ن=339) ثم استخلص معامل الثبات بمعادلة سبيرمان فبلغ 0.82.

صدق المقياس:

تم إجراء التحليل العاملي بطريقة المكونات الأساسية مع استخدام التدوير المتعامد. وكشف عن العوامل الستة التي زادت قيمة الجذر الكامن لها عن الواحد الصحيح.

وقد استخلصت تلك العوامل الست 69,3 من تباين المصفوفة الارتباطية، وهذه العوامل: التحكم الكلي العام، الرؤية الإيجابية للذات، مقاومة الذات للإحباط، الحث الذاتي، التقويم الذاتي، الوعي الذاتي.

طريقة التصحيح: أمام كل عبارة تدرجاً في اختيار الاستجابة المعبر عنها من قبل الشخص من خلال تدرج خماسي (أ، ب، ج، د، هـ) وبحسب تعليمات المقياس فهناك 21 عبارة تصحح بطريقة عكسية.

تقنين مقياس التحكم الذاتي لطالبات الكلية:

تم دراسة عبارات المقياس دراسة تحليلية ناقدة، ثم حددت العبارات التي تحتاج إلى تعديل بما يتناسب مع طالبات الكلية. وهي كالتالي:

تغيير العبارة (11) حيث تم استبدال مثال التدخين إلى استخدام الشات بالإنترنت ليكون أكثر ملاءمة، كما جرى تأنيث العبارات

واستبدال كلمة الحظ عوضاً عن الصدفة بالعبارة (43)، وإعادة صياغة للعبارات أرقام: 6، 7، 12، 13، 14، 25، 31، 32، 38. (ملحق 2).

وقامت الباحثة بتحكيم عدد من الأعضاء تخصص علم النفس فيما أجرته من تعديلات على المقياس؛ وبذلك تم التأكد من عدم اختلاف العبارات المعدلة عما تضمنته العبارات الأصلية.

ثبات المقياس: تم حساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية (يتكون المقياس من 54 عبارة) وبلغ المعامل ر= 438, وبتصحيح المعادلة يبلغ المعامل 0.60 (السيد، 1979م، 525).

صدق المقياس: نظراً لعدم وجود مقاييس عربية تقيس التحكم الذاتي فقد استخدمت الباحثة مقياس وجهة الضبط كأحد المقاييس التي أشارت دراسات سابقة إلى ارتباطه بأحد مكونات التحكم الذاتي (Rosenbaum, M, 1990, 16) أو بالكفاءة الذاتية (وهو مفهوم تتداخل عناصره بالتحكم الذاتي). ففي دراسة لـ (Henson, 2001) أشارت إلى علاقة ارتباطية موجبة بين الكفاءة الذاتية ووجهة الضبط (الشافعي، 2005م، 155) اختارت الباحثة نسخة محمد عيد التي قام بتطبيقها على طلاب بجامعة الإمام بفرع القصيم (عيد، د.ت، 51).

تم حساب معامل الارتباط بين مقياسيّ وجهة الضبط، والتحكم الذاتي على عينة التقنين (ن =43) فبلغ – 0.304 وهو دال عند مستوى 0.05.

واستفادت الباحثة مما ذكر سابقاً في إجراءات صدق مقياس السلوكيات السلبية من تطبيق لمقياس الطمأنينة النفسية لحساب الصدق بطريقة المقارنة الطرفية فاستخدمت الباحثة درجات طالبات عينة التقنين على مقياس الطمأنينة لحساب مدى ارتباطها بالتحكم الذاتي وقد بلغ معامل الارتباط – 0.47 وهو دال إحصائياً ويدل على صدق مقياس التحكم الذاتي. وتم إجراء هذا الارتباط بناءً على نتيجة دراسة عبدالوهاب كامل (1989) من وجود ارتباط دال بين مقياس كورنيل للشخصية ومقاومة الذات للإحباط والحث الذاتي،وتقويم الذات (مكونات التحكم الذاتي) أي كلما زادت إمكانيات الفرد على ممارسة التحكم الذاتي انخفض احتمال ظهور الاضطرابات الانفعالية النفسية جسمية (كامل، 2002م، 422).

النتائج

نتائج الفرض الأول:

ينص الفرض الأول على «تظهر لدى طالبات الكلية أعراض السلوكيات السلبية التالية: التمرد، فقد الهدف، العدوان، العلاقات غير السوية».

للتحقق من صحة الفرض يوضح الجدولان (5 – 6) الإحصاءات الوصفية واختبار ت لمتغيرات البحث.

الجدول رقم (5). ملخص للإحصاءات الوصفية لمتغيرات السلوكيات السلبية.

	N العينة	Mean المتوسط	Std. Deviation الانحراف المعياري	Std. Error Mean الخطأ المعياري للمتوسط

	N العينة	Mean المتوسط	Std. Deviation الانحراف المعياري	Std. Error Mean الخطأ المعياري للمتوسط
التمرد	517	,7523	,458	,02
فقد الهدف	517	1.276	,7106	,0312
العدوان	517	,673	,4102	,018
العلاقات غير السوية	517	,4267	,4822	,0212

الجدول رقم (6). نتائج اختبار ت لمتغيرات السلوكيات السلبية One – Sample Test اختبار ت لمجموعة واحدة.

	t	القيمة المختبرة = 2				
		درجة الحرية	القيمة الاحتمالية الحرجة	متوسط الفرق سَ – م	فترة ثقة 95% للفرق بين متوسط العينة ومتوسط المجتمع	
					أدنى	أعلى
التمرد	61.91 –	516	,000	1.247 –	1.287 –	1.208 –
فقد الهدف	23.14 –	516	,000	,723 –	,784 –	,662 –
العدوان	73.52 –	516	,000	1.326 –	1.36 –	1.29 –
العلاقات غير السوية	74.182 –	516	,000	1.573 –	1.614 –	1.531 –

أظهرت نتائج T في جدول رقم (6) أن جميع السلوكيات الأربعة لا تنطبق على أفراد مجتمع طالبات الكلية، حيث كانت قيمة T سالبة وأقل من 0.05 فمثلاً متوسط سلوك التمرد لمجتمع طالبات كلية الآداب يختلف عن درجة القيمة المختبرة (2) أي لم يتحقق الفرض الأول. ولكن بحسب ملاحظة الباحثة أثناء القيام بتصحيح الاستبيانات استرعى انتباهها زيادة درجات أفراد العينة على مقياس سلوك فقد الهدف ولاستجلاء الأمر أكثر قامت الباحثة بحساب الدرجات التائية للدرجات الخام لأفراد العينة على مقياس سلوك فقد الهدف.

الجدول رقم (7). الدرجات التائية للدرجات الخام لأفراد العينة على مقياس فقد الهدف.

الدرجة الخام	التكرار	النسبة المئوية	التكرار المتجمع الصاعد	التكرار المتجمع التصاعدي النسبي	الدرجة التائية *
1	13	2.51	13	,025	30.4
2	10	1.93	23	,044	32.9
3	13	2.51	36	,069	35.2
4	24	4.64	60	,116	38.0
5	19	3.67	79	,152	39.7
6	26	5.02	105	,203	41.7
7	33	6.38	138	,266	43.8
8	25	4.83	163	,315	45.2
9	24	4.64	187	,36	46.4

الدرجة الخام	التكرار	النسبة المئوية	التكرار المتجمع الصاعد	التكرار المتجمع التصاعدي النسبي	الدرجة التائية *
10	33	6.38	220	,425	48.1
11	28	5.41	248	,479	49.5
12	22	4.255	270	,52	50.5

تابع الجدول رقم (7).

الدرجة الخام	التكرار	النسبة المئوية	التكرار المتجمع الصاعد	التكرار المتجمع التصاعدي النسبي	الدرجة التائية *
13	31	5.996	301	,58	52.0
14	31	5.996	332	,64	53.6
15	21	4.06	353	,682	★54.7
16	24	4.64	377	,729	56.1
17	12	2.32	389	,752	56.8
18	20	3.868	409	,79	58.1
19	15	2.9	424	,82	59.2
20	14	2.7	438	,84	59.9
21	17	3.288	455	,88	61.8
22	11	2.127	466	,901	62.9
23	3	,58	469	,907	63.2
24	12	2.32	481	,93	64.8
25	6	1.16	487	,94	65.5
26	7	1.353	494	,955	67.0
27	6	1.16	500	,967	68.4
28	5	,967	505	,97	69.8
29	2	,386	507	,980	70.5
30	2	,38	509	,984	71.4
31	3	,580	512	,990	73.3
32	1	,193	513	,992	74.1
33	2	,386	515	,996	76.5
34	1	,193	516	,998	78.8
37	1	,193	517	1.00	
	517	100			

%36
تمثل بداية السلوك السلبي

,03
تعاني بدرجة مرضية

★ الجداول الإحصائية للبهي السيد ص24

نسبة من جاوزت درجاتهن بداية أعراض السلوك السلبي =
1 – ,64 = ,36
نسبة من يمثلون معاناة السلوك السلبي بدرجة مرضية =
1 – ,97 = ,03

بالاطلاع على جدول الدرجات التائية رقم (7) نجد أن الدرجة التائية (53,6) والتي تشير إلى بداية ظهور سلوك فقد الهدف تقابلها الدرجة الخام (14). كما يتضح أنّ الدرجة التائية (69,8) التي تشير إلى ظهور سلوك فقد الهدف بشكل مرضي تقابلها الدرجة الخام (28) فما فوق تمثّل نسبة 0.03 من أفراد العينة أي لم يتحقق الفرض الأول كما اتضح

من الأسلوب الإحصائي T للفروق بين المتوسطات.

لكن الجدول رقم (7) يمدّنا أيضاً بمعلومات عن أنّ نسبة أفراد العينة التي تقع مابين درجة بداية ظهور سلوك فقد الهدف (14) والدرجة المرضية (28) تبلغ هذه النسبة 36% لدى أفراد العينة من طالبات الكلية أي مايمثّل ثلث أفراد العينة وهي نسبة تستحق منا الاهتمام بها والتخطيط لتلافي آثارها.

نتائج الفرض الثاني:

ينص هذا الفرض على «توجد علاقة ارتباط سالبة دالة إحصائيا بين متغير التحكم الذاتي والسلوكيات السلبية» (التمرد، فقد الهدف، العدوان، العلاقات غير السوية).

للتحقق من صدق الفرض توضح الجداول (8 – 10) معاملات الارتباط بين متغيرات البحث.

الجدول رقم (8). معاملات الارتباط بين متغير التحكم الذاتي والسلوكيات السلبية.

المقياس / معامل الارتباط	التمرد	فقد الهدف	العدوان	العلاقات غير السوية	مجموع السلوكيات
معامل بيرسون	–,404**	–,505**	–,220**	–,259**	–,486*

يوضح الجدول رقم (8) أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائيا وعند مستوى 0.01 وبحسب اقتراح cohen فإن قيم (r) تعتبر كبيرة إذا بلغت (0.5) ومتوسطة إذا بلغت (0.3 – 0.49)، ومادون (0.3) فهي صغيرة (بالانت، 2006م، 149). لذا رغم الدلالة الإحصائية عند مستوى 0.01 بالنسبة لمعامل ارتباط درجات أفراد العينة للتحكم بالعدوان وبالعلاقات غير السوية – 0.22، – 0.259 على التوالي، فإن الباحثة لاحظت أنهما مادون 0.3 واستطراداً منها للتحقق من قوة العلاقة استخدمت أحد المقاييس الاتجاهية وهو معامل ايتا Eta لمناسبته في حالة عدم خضوع التوزيع التكراري لبيانات العينة على مقياس العدوان، والعلاقات غير السوية للتوزيع الطبيعي (بالانت، 2006م، 225) و (فهمي، 2005م، 595).

الجدول رقم (9). نتائج معامل ارتباط ايتا وهو من المقاييس الاتجاهية Directional Measures

	القيمة
Eta Dependent عدوان	,491
Dependent تحكم	,330

يتضح من **الصف الأول** بجدول رقم (9): نتيجة معامل ايتا باعتبار أن العدوان هو المتغير التابع (0.491) الذي تدل قيمته على وجود علاقة (أو تأثير) متوسطة. بمعنى أن تأثير معرفة التحكم بالذات في سلوك العدوان بقوة متوسطة (0.49).

الصف الثاني: نتيجة معامل ايتا باعتبار التحكم بالذات هو المتغير التابع (0.33) الذي تدل قيمته على وجود علاقة أو تأثير متوسطة بمعنى أن تأثير معرفة العدوان في التحكم

الذاتي (0.33).

الجدول رقم (10). نتائج معامل ارتباط ايتا وهو من المقاييس الاتجاهية Directional Measures

	القيمة
Eta Dependent العلاقات غير السوية	,550
Dependent تحكم	,319

يتضح من **الصف الأول** بجدول رقم (10): نتيجة معامل ايتا باعتبار أن العلاقات غير السوية هي المتغير التابع (0.55) الذي تدل قيمته على وجود علاقة (أو تأثير) كبيرة. بمعنى أن التحكم بالذات يؤثر في العلاقات غير السوية تأثيراً كبيراً.

الصف الثاني: نتيجة معامل ايتا باعتبار أن التحكم بالذات هو المتغير التابع (0.319) الذي تدل قيمته على وجود علاقة متوسطة بمعنى أن العلاقات غير السوية تؤثر في التحكم الذاتي بدرجة متوسطة.

تفسير النتائج:

أولاً: توصلت الدراسة إلى عدم تحقق الفرض الأول، أي عدم شيوع المظاهر السلوكية السلبية كالتمرد، فقد الهدف، العدوان والعلاقات غير السوية بين مجتمع الكلية.

فالكلية كأي تجمع به نسبة من مظاهر السلوك السلبي من تمرد وعدوان وعلاقات غير سوية إلا إنها لم تبلغ نسبة حدّ الظاهرة (الشيوع). وفي دراسة سابقة لمجتمع الكلية 1412هـ، (1992) أظهرت تمتع طالبات العينة الجامعيات بالطمأنينة النفسية (جوانه، 1992م، 254) إضافة إلى دراسة أحمد عبدالخالق وأحمد حافظ (1988) التي قارنت متوسط درجات القلق لدى كل من السعوديين وعينات أمريكية ومصرية وتوصلت إلى أن عينة السعوديين سجلت أقل الدرجات (حافظ؛ وعبد الخالق، 1988م، 194). وأرجعت تلك النتيجة حينئذ إلى دور الإيمان بالله في الطمأنينة وعوامل أخرى ولا زال الإيمان والإسلام يؤثران من حيث عدم تقبل المجتمع المسلم لشيوع المظاهر السلبية. وتعزز نتيجة دراسة جميلة إبراهيم (1998) هذا المساق حيث توصلت إلى أن جنس الإناث تقلّ لديهن مظاهر العدوان والتمرد خاصة عند مقارنة صفّ أعلى بصفّ أقل حيث كانت الفروق دالة إلى جانب طالبات الصف الثالث ثانوي اللاتي سجلن درجات أقل (إبراهيم، 1998م، 130).

مع الإشارة لملاحظة بدء تزايد نسبة مظهر افتقاد الهدف بين أفراد عينة الدراسة من حيث كونه يقوم على شعور الفرد بفشل يتطور تدريجياً لفقدان الفرد لدواعي التخطيط لحياته ومستقبله وعجزه عن فهم مايدور حوله من أحداث. وبالتالي عدم قدرة على التحكم في مصيره. وقد ظهر ذلك في تزايد نسبة الظاهرة بالعينة دون أن يتحقق ذلك في مجتمع الكلية عامة.

ثانياً: تشير نتيجة **الفرض الثاني** إلى أنّ من يفتقد وجود هدفٍ لحياته تنخفض لديه درجة التحكم بالذات وهو ما يتسق مع نتيجة الرشيدي (1995) حيث توصل إلى أنّ مَنْ كان لديه هدفٌ واضحٌ ويتعلق إيجابياً بالحياة

يحتاج إلى درجة مرتفعة من التحكم الذاتي حيث يقوم بملاحظة سلوكه ويستفيد من نتائج تصرفاته ويقدر الآثار المترتبة عليها ويستخدم التفكير المنظم لمواجهة المصاعب، فهو دائماً في حالة رؤية إيجابية للذات. كما يقاوم الإحباط فلا يستسلم للمشاعر السلبية ويحثّ ذاته عن طريق التنشيط الذاتي. لذا تلازم انخفاض درجة التحكم بالذات بالافتقاد إلى الهدف ومنذ عام (1968) ربط Curmbough بين فقد الهدف وفقدان معنى الحياة الذي عرفه بأنه: حالة سيكولوجية تنتج من فشل في تجربة إحساس معنى وهدف الحياة تلك التي تعطي الفرد الإحساس بالتفرد في الهوية (الرشيدي، 1995م، 166).

أما عن العلاقة الموجبة بين التحكم الذاتي المنخفض والعدوان فترى الباحثة تفسيراً لتلك النتيجة في ضوء الخصائص الشخصية للأفراد ذوي التحكم المنخفض للذات كما جاءت في استجاباتهم على مقياس التحكم بالذات. حيث وصفوا أنفسهم باحتياجهم للغير كي يساعدهم على الخروج من مشكلاتهم، وبإفادتهم بضعف تقديرهم للآثار المترتبة على ما يصدر منهم من سلوكيات، فهم يتصرفون في ظل عوامل الحظ والمصادفة والاعتقاد بقوى خارجية تسيّر الأمور بحيث يصعب التحكم فيها. ومن هنا كان الشعور الدائم بالإحباط، ومن ناحية أخرى فإن الإحباط كثيراً ما يؤدي إلى العدوانية بأشكالها المختلفة؛ فمن تراث التحليل النفسي أنه إذا زاد اعتماد الشخصية وحاجتها للغير زاد عدوانها حيث اعتماد الإنسان على شخص آخر يعني وقوعه تحت سيطرة هذا الشخص، ولذلك يشعر بأن قوته لها تأثير مقيّد يحدّ من حريته ويجب التغلب عليه (ستور، 1975م، 7).

وبما أنّ العلاقة ارتباطية وليست سببية فنستطيع القول إنّ هناك تلازماً بين انخفاض درجة التحكم بالذات وزيادة درجة العدوانية ولا نستطيع أن نقرر أن أحدهما سبب للآخر.

وما ينطبق على علاقة التحكم بالعدوان ينسحب على علاقة التحكم بالتمرد، فتعريف شادية عبدالخالق (1992) للتمرد بأنه معاناة الفرد من إحساس بعدم الرضا عن كل ما يحيط به في مجتمعه من موضوعات ونظم وأساليب للتعامل وإحساسه بالإحباط والغضب والرغبة في التعبير أو الاحتجاج والتحطيم والعدوان يجعل من سلوك التمرد نتيجة للشعور بعدم الرضا والإحباط، وهي الحالة التي تدفعه للتحطيم والتمرد والعدوان.

وتتفق نتيجة الدراسة الحالية للعلاقة بين التحكم والعدوان مع دراسة Heiby & Mearige (2002) حيث تراوح الارتباط مابين 0.25 – 0.38 لعدة مقاييس للتحكم. كما تتسق مع نتائج دراسة (إبراهيم؛ وعبدالحميد، 1994) التي توصلت لعلاقة موجبة بين موضع الضبط (التحكم) الخارجي والعدوانية، ووجود علاقة سلبية بين تقدير الذات الإيجابي والعدوانية. بالإضافة إلى اتساق النتيجة مع نتائج دراسة معتز (2005) التي وجدت ارتباطاً سلبياً بين السلوك العنيف وكل من تقدير الذات ويتضمن اعتبار الذات والثقة بها وهو من مكونات التحكم الذاتي.

وفيما يخصّ ارتباط التحكم الذاتي بالعلاقات غير السوية فيمكن الاستئناس باستجابات اللاتي حصلن على درجات على مقياس العلاقات غير السوية، حيث أقررن بالتحدث مع شباب من خلال الانترنت أو بالجوال،وأنهم يرون أن من حقهن مقابلة

الأشخاص بحجة التقدم لخطبتهن بدون علم أهلهن، واعترافهن بتأثير متابعتهن للبرامج الأجنبية، وانتمائهن لشلة يمارس بعض أفرادها السلوك نفسه. ونوع آخر يقرّ بمبالغتهن في عواطفهن تجاه صديقة على الأقل وأمام آخرين بدون اعتبار لمعيار الجماعة، ورغم أن هذا السلوك قد توصلت الدارسة الحالية إلى عدم شيوعه إلا أن الأفراد اللاتي اعترفن به توصلت الدراسة إلى ارتباط درجاتهن على هذا المقياس بضعف درجاتهن على مقياس التحكم الذاتي. فتوافق الإنسان مع نفسه والذي يدل على الصحة النفسية إنما يتم في حدود ما أمر الله به ونهى عنه لا بحسب الأهواء والشهوات، فالمسلم مأمور بمخالفة هواه وقمع شهواته غير الصحية التي تغضب الله بقوله تعالى: ژ ۇ ۇ ۆ ۆ ۈ ۈ ۇٴ ۋ ۋ ۅ ۅ ۉ ۉ ې ې ى ى ئا ئا ئە ئە ئو ئو ئۇ ئۇ ئۆ ئۆ ئۈ ئۈ ئې ئې ژ (النازعات: 37 – 41).

وفي التراث النفسي ارتباط السلوك السوي بالشخصية المطمئنة نفسياً المتمتعة بالصحة النفسية. فالسلوك السوي يحقق لصاحبه الشعور بالارتياح ويحرره من الصراع والقلق ويشعره بالكفاءة والجدارة، ويساعده على التوافق الحسن مع نفسه ومع الناس ويوصله إلى التكامل في جوانب شخصيته.

ترتبط الانحرافات بالصحة النفسية ارتباطاً سلبياً أو تتلازم معها تلازماً عكسياً، فكلما زادت الانحرافات وهنت النفس ونقصت صحتها، وكلما قلت الانحرافات صحّت النفس وقلّ وهنها. فالخروج على النفس ونهيها عن المحرمات وعدم الرضا عن آثامها ورفض معاصيها ومجاهدتها على الالتزام بشرع الله من سمات النضوج النفسي والاجتماعي ومن علامات الصحة النفسية (مرسي، 1988م، 94) ومظاهر التحكم الذاتي.

وتتسق النتيجة مع نتيجة جابر وكفافي (1988) بارتباط وجهة الضبط الداخلي بالميل للمعايير الاجتماعية وخاصة أنها أجريت على عينة جامعية وثانوية في بيئة مسلمة. وكذلك دراسة Heiby (2002) والتي أكدت ارتباط ضعف التحكم بأعراض عدم التوافق.

تؤكد مجمل نتائج الدراسة وجود علاقة بين التحكم الذاتي والسلوكيات السلبية، مما يشير بالتوصية بأهمية تدريب الطالبات على مهارات سلوك التحكم الذاتي كعامل رئيسي للوقاية من الانحرافات عامة. ويتعلق بهذا أهمية تقديم أساليب المعونة النفسية لطالبات الكلية بأساليبها المتعددة مثل:

- إعداد برامج تدرب الطالبات على التحكم الذاتي لضبط السلوكيات السلبية مع التركيز على مساعدة الطالبات على وضع أهداف محددة وخطوات إنجازها.
- العمل على زيادة الوعي الديني لدى الطالبات وذلك لتعزيز الالتزام بقيمنا الإسلامية.
- توعية الطالبات بلوائح الأنظمة العامة وبالمخالفات السلوكية الموجبة للعقاب.
- أساليب التدخل المهني للخدمة الاجتماعية في مواجهة السلوكيات السلبية.

ملحق رقم (1)

مقياس السلوكيات السلبية

م	العبارات	مستويات الإجابة				
		دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	لا
1-	أحضر للكلية للاستمتاع بوقتي مع زميلاتي.					
2-	أشعر أن التخصص الذي أتعلمه لا يفيد المجتمع.					
3-	أسخر من المحاضرين أثناء غضبهم مني.					
4-	من حقي أن أفعل ما أريد عندما أغضب.					
5-	يعتمد النجاح على الحظ وليس على الكفاءة.					
6-	أحب أن أعمل مقالب محرجة لزميلاتي.					
7-	يحق لمن يطلب رؤيتي للتقدم لخطبتي أن يراني بدون علم أسرتي.					
8-	أدخل في نقاش حاد مع مراقبات الشبكة.					
9-	أشعر بعدم فائدة الدراسة.					
10-	إذا أهانتني زميلتي فأني أردّ الإهانة مضاعفة.					
11-	أكسبتني كثرة مشاهدة البرامج الأجنبية التصرف بما يخالف قيم أسرتي ومجتمعي.					
12-	أتعمد الدخول للمدرج بعد المحاضرة.					
13-	أشعر بعدم قيمة ما أقوم به.					
14-	أسبّ الزميلات عند الغضب.					
15-	أتعمد التهريج في المحاضرات.					
16-	للفتاة أن تستخدم حقها في مقابلة أي شخص إذا أدركت أن ذلك مفيداً لها.					
17-	أميل إلى لبس ما يخالف الزي المسموح به بالكلية.					
18-	أشعر بعدم وجود هدف يستحق الجهد الذي يبذل في تحقيقه.					
19-	أخفي مذكرات طالبة أغضبتني.					
20-	آخذ إعلان يهمني، كجدول الامتحانات من لوحة الإعلانات.					
21-	أضحك بصوت عال لألفت انتباه الآخرين.					
22-	أشعر بأن حياتي بلا هدف.					
23-	أستطيع أن أفرض رأيي على الجميع.					
24-	تتحدث إحدى صديقاتي بالشلة مع شباب بالجوال					
25-	أحب مشاهدة أفلام العنف.					
26-	أسمح لنفسي بالمبالغة في عواطفي مع صديقتي أمام الآخرين.					
27-	أخالف آراء الآخرين.					
28-	لو كان لي أن أختار لأخترت ألا أولد في الحياة.					
29-	أصيح فرحاً بعد خروج الأستاذة من المدرج.					
30-	أعاند إذا طلب مني عمل شيء معين.					
31-	أنتقم من بعض الأستاذات بفتح أبواب المدرج أثناء تأديتهن محاضراتهن.					
32-	حياتي فارغة.					

تابع ملحق رقم (1).

م	العبارات	مستويات الإجابة				
		دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	لا
33-	هناك مشاجرات بيني وبين زميلاتي.					
34-	أهيئ الفرص للتحدث مع الشاب الذي عرفته بالإنترنت دون علم أهلي.					
35-	أعبر عن غضبي بالكتابة على جدران الكلية.					
36-	معاملة أسرتي لي تثير سخطي.					
37-	أكره حضور المحاضرات إلى آخر المحاضرات.					
38-	أسمح لنفسي بالتحدث مع شاب ومسايرته بالجوال.					
39-	أتعمد التجول حول أبواب المدرجات.					
40-	أشعر برغبة في تحطيم كل ما تقع عليه عيني.					
41-	أشعر بالقلق نحو المستقبل الذي يواجهني.					
42-	أرافق صديقتي التي أحبها رغم ما يسببه ذلك لي من تفريط في بعض محاضراتي.					

ملحق رقم (2)

مقياس التحكم الذاتي

للدكتور عبدالوهاب محمد كامل

تقنين الدكتورة فائقه جوانه

م	العبارات الأصلية	العبارات المعدّله
1	عندما أكون بصدد عمل شيء ما، يدعوني القلق، أحاول أن أتصور كيف أتغلب على ما يضايقني أثناء تأديته.	عندما أكون بصدد عمل شيء ما، يدعوني للقلق بشأنه، أحاول أن أتصور كيف أتغلب على ما يضايقني أثناء تأديته.
2	بدون مساعدة الآخرين غالباً أجد صعوبة في التغلب على إحساسي بالعصبية والتوتر.	بدون مساعدة الآخرين غالباً أجد صعوبة في التغلب على إحساسي بالعصبية والتوتر.
3	عندما أشعر بالكآبة فإنني أحاول التفكير في الأحداث السارة.	عندما أشعر بالكآبة فإنني أحاول التفكير في الأحداث السارة.
4	إنني لا أستطيع أن أتجنب التفكير في أخطاء قد ارتكبتها في الماضي.	إنني لا أستطيع أن أتجنب التفكير في أخطاء قد ارتكبتها في الماضي.
5	عندما تواجهني مشكلة صعبة، فإنني أحاول التوصل إلى حلها بطرقة منظمة.	عندما تواجهني مشكلة صعبة، فأنني أحاول التوصل إلى حلها بطرقة منتظمة.
6	عادة ما أفعل واجباتي أسرع، عندما يدفعني لذلك شخص آخر.	أقوم بواجباتي بشكل أسرع، عندما يدفعني لذلك شخص آخر.
7	عندما أجد أن لدى بعض الصعاب في التركيز في القراءة، فإنني أبحث عن طرق تساعدي على زيادة التركيز.	بحث عن طرق تساعدني على زيادة التركيز عندما أجد صعوبة أثناء القراءة.
8	عندما أخطط لعمل ما، فإنني أستبعد كل الأشياء التي لا تتصل بهذا العمل.	عندما أخطط لعمل ما، فإنني أستبعد كل الأشياء التي لا تتصل بهذا العمل.
9	عندما أحاول التخلص من عادة رديئة، فإنني أحاول أولاً أن أبحث عن الظروف التي تظهر فيها تلك العادة.	عندما أحاول التخلص من عادة رديئة، فإنني أحاول أولاً أن أبحث عن الظروف التي تظهر فيها تلك العادة.
10	عندما تضايقي أفكار غير سارة فإنني أحاول التفكير في أي شيء آخر يدعو للسرور	عندما تضايقي أفكار غير سارة فإنني أحاول التفكير في أي شيء آخر يدعو للسرور
11	لو أنني أدخن علبتين من السجائر كل يوم فمن المحتمل أن احتاج إلى مساعدة خارجية للتوقف عن التدخين (أو أي عادة غير مرغوب فيها).	لو أنني أستخدم الانترنت (الشات) 3ساعات يومياً، فمن المحتمل أن أحتاج إلى مساعدة خارجية للتخفيف من هذه العادة (أو أي عادة غير مرغوب فيها).
12	عندما يصبح مزاجي غير معتدل فإنني أسعى إلى فعل ما هو سار كي أغير حالتي المزاجية.	لكي تتحسن حالتي فإنني أسعى إلى القيام بأفعال سارة.
13	لو أن في حوزتي أقراص أدوية – لتناولت أي مهدئ عندما أشعر بالتوتر والعصبية.	يخفّ شعوري بالتوتر والعصبية بتناولي أقراص مهدئة.
14	عندما أشعر بالكآبة أحاول أن أشغل نفسي في عمل أحبه.	أشغل نفسي بعمل أحبه عندما أشعر بالكآبة.
15	أميل إلى تأجيل الواجبات غير المحببة لي حتى لو كان في مقدوري آدائها في وقتها.	أميل إلى تأجيل الواجبات غير المحببة لي مع أنه في مقدوري آدائها في وقتها.
16	أحتاج إلى مساعدة الآخرين لكي أخلص من بعض عاداتي الرديئة.	أحتاج إلى مساعدة الآخرين لكي أتخلص من بعض عاداتي الرديئة.
17	عندما أجد صعوبة في أن «أركز» على عمل معين فإنني أبحث عن وسيلة تجعلني مستقر كي أقوم به.	عندما أجد صعوبة في أن «أركز» على عمل معين فإنني أبحث عن وسيلة تجعلني مستقر كي أقوم به.
18	لا أستطيع أن أتجنب التفكير فيما قد يحدث لي مستقبلاً من نكبات، أياً كانت، بالرغم من أن ذلك يجعلني أشعر بالضيق.	لا أستطيع أن أتجنب التفكير فيما قد يحدث لي مستقبلاً من نكبات، أياً كانت، بالرغم من أن ذلك يجعلني أشعر بالضيق.
19	أفضل، أولاً وقبل كل شيء الانتهاء من الأعمال التي يتحتم عليّ أن أفعلها ثم بعد ذلك أبدأ في عمل ما أحبه من أشياء أخرى.	أفضل، أولاً وقبل كل شيء الانتهاء من الأعمال التي يتحتم عليّ أن أفعلها ثم بعد ذلك أبدأ في عمل ما أحبه من أشياء أخرى.

تابع ملحق رقم (2).

م	العبارات الأصلية	العبارات المعدّله
20	عندما أشعر بالألم في جزء محدد من جسمي أحاول ألا أفكر فيه.	عندما أشعر بالألم في جزء محدد من جسمي أحاول ألا أفكر فيه.
21	يزداد تقديري لنفسي طالما أستطيع أن أتغلب على عادة رديئة.	يزداد تقديري لنفسي طالما أستطيع أن أتغلب على عادة رديئة.
22	لكي أتغلب على المشاعر السيئة التي تصاحب الفشل فإنني غالباً أقول لنفسي أنها ليست كارثة وفي استطاعتي عمل شيء نحو ذلك.	لكي أتغلب على المشاعر السيئة التي تصاحب الفشل فإنني أخاطب نفسي بأنها ليست كارثة وأنه في استطاعتي عمل شيء نحو ذلك.
23	عندما أشعر بأنني شديد الاندفاع فإنني أهمس إلى نفسي قائلاً: توقف ثم فكر قبل عمل أي شيء.	عندما أشعر بأنني شديد الاندفاع فإنني أهمس إلى نفسي قائلاً: توقف ثم فكر قبل عمل أي شيء.
24	أتناول الأمور بحذر وعناية للغاية حتى في حالة غضبي بشدة من شخص ما.	أتناول الأمور بحذر وعناية للغاية حتى في حالة غضبي بشدة من شخص ما.
25	عند مواجهة الحاجة لاتخاذ قرار فإنني عادة أدرس كل الاحتمالات الممكنة بدلاً من اتخاذ القرار بسرعة وبتلقائية.	ادرس كل الاحتمالات الممكنة عند الحاجة لاتخاذ قرار ما بدلاً من اتخاذه بسرعة وبتلقائية.
26	عادة أقوم أولاً بعمل الأشياء التي أحب أن أعملها حتى ولو كانت هناك أشياء ملحة يجب عملها.	أقوم عادةً بعمل الأشياء التي أحب أن أعملها وجود شياء ملحة يجب عملها.
27	عندما أشعر بألم في جسمي أحاول أن أبعد تفكيري عن الإحساس به.	عندما أشعر بألم في جسمي، أحاول أن أبعد تفكيري عن الإحساس به.
28	عادة أضع خطة للعمل عندما أكون في مواجهة عدد من الأعمال أقوم بها.	أضع عادة خطة للعمل عندما أكون في مواجهة عدد من الأعمال التي عليّ القيام بها.
29	عندما ينقص ما معي من نقود أقوم بتدوين كل مصروفاتي وذلك من أجل التخطيط لما سأقبل عليه بعناية أكثر.	عندما ينقص ما معي من نقود أقوم بتدوين كل مصروفاتي وذلك من أجل التخطيط لما سأقبل عليه بعناية أكثر.
30	إذا وجدت صعوبة في التركيز في عمل معين أقوم بتقسيمه لأجزاء أصغر.	إذا وجدت صعوبة في التركيز في عمل معين أقوم بتقسيمه لأجزاء أصغر.
31	غالباً وفي كثير من الأحيان لا أستطيع التغلب على الأفكار غير السارة التي تضايقني.	لا أستطيع التغلب على الأفكار غير السارة التي تضايقني في كثير من الأحيان.
32	عندما أبذل مجهوداً في عمل فإن التركيز على الهدف النهائي ونتيجة كل مرحلة يساعدني على أن أنجزة بشكل أفضل.	أنجز عملي بشكل أفضل عندما أركز على الهدف النهائي، ونتيجة كل مرحلة لعملي.
33	لما الأمور تكون ماشية معايا على ما يرام غالباً ما أفكر في شيء من بعيد يضايقني وليس في مقدوري التصرف فيه.	عندما تكون الأمور على ما يرام غالباً ما أفكر في شيء من بعيد يضايقني وليس في مقدوري التصرف فيه.
34	أنا على وعي بما أقوم به من أعمال كل يوم	أنا على وعي بما أقوم به من أعمال كل يوم.
35	التفكير في أن حالي حتى الآن، تمام وعلى ما يرام هو الذي يجعلني أحاول الاستمرار في حياتي.	التفكير في أن حالي حتى الآن، تمام وعلى ما يرام هو الذي يجعلني أمضي في حياتي.
36	عندما أفعل شيء ما بصورة صحيحة فإنني أشعر بمتعة ذلك متأخراً.	عندما أفعل شيء ما بصورة صحيحة فإنني أشعر بمتعة ذلك متأخرةً.
37	لا حيلة لي فيما أفعله لكي أغير الأشياء التي تضايقني.	لا حيلة لي فيما أفعله لكي أغير الأشياء التي تضايقني.
38	إن الطريق لإنجاز أهدافي هو مكافأتي لنفسي باستمرار وذلك كي أظل محتفظاً بطاقتي دائماً.	مكافأتي لنفسي باستمرار يجعلني أحتفظ بطاقتي دائماً مما يساعدني في إنجاز أهدافي.
39	إن التخطيط لوسائل الترفيه عن نفسي هو أفضل وسيلة تجعلني أتغلب على الأعمال الصعبة	إن التخطيط لوسائل الترفيه عن نفسي هو أفضل وسيلة تجعلني أتغلب على الأعمال الصعبة.
40	عندما أشعر بعدم الرغبة في عمل أي شيء فإن قضائي بعض الوقت في ممارسة هواية أو عمل أحبه يريحني.	عندما أشعر بعدم الرغبة في عمل أي شيء فإن قضائي بعض الوقت في ممارسة هواية أو عمل أحبه يريحني.
41	دائماً ما يبدو لي أنني أتذكر الأشياء غير السارة أكثر من تذكر ما هو سار.	دائماً ما يبدو لي أنني أتذكر الأشياء غير السارة أكثر من تذكر ما هو سار.

تابع ملحق رقم (2).

م	العبارات الأصلية	العبارات المعدّله
42	للحصول على نتائج جيدة علي أن ألاحظ ما أقوم به فعلاً كي أقرر ما أحتاج فعله بعد ذلك	للحصول على نتائج جيدة علي أن ألاحظ ما أقوم به فعلاً كي أقرر ما أحتاج فعله بعد ذلك.
43	إن أكثر الأشياء أهمية في الحياة تعتمد على الصدفة أكثر من أي شيء استطيع أن أفعله.	إن أكثر الأشياء أهمية في الحياة تعتمد على الحظّ أكثر من أي شيء استطيع أن أفعله.
44	تخطيط كل خطوة فيما أقوم به من عمل يساعدني على الانتهاء من الأعمال بصورة جيدة.	تخطيط كل خطوة فيما أقوم به من عمل يساعدني على الانتهاء من الأعمال بصورة جيدة.
45	لا فائدة من محاولة تغيير أغلب الأشياء التي تجعلني بائساً.	لا فائدة من محاولة تغيير أغلب الأشياء التي تجعلني بائساً.
46	عندما أريد أشياء هامة فليس هناك ما يمكن أن أفعله سوى الصبر والأمل في حظ سعيد.	عندما أريد أشياء هامة فليس هناك ما يمكن أن أفعله سوى الصبر والأمل في حظ سعيد.
47	أهدافي تبدو بعيدة ولا يمكن الوصول إليها.	أهدافي تبدو بعيدة ولا يمكن الوصول إليها.
48	إن تقديري لما أقوم به من عمل بشكل واقعي يعتبر ضروري لكي أشعر بالرضا عن نفسي.	إن تقديري لما أقوم به من عمل بشكل واقعي يعتبر ضروري لكي أشعر بالرضا عن نفسي.
49	عندما يوجد هدف أمامي أريد الوصول إليه فإن أفضل وسيلة هي أن أضع قائمة دقيقة بما أفعله كي أصل إليه.	عندما يوجد هدف أمامي أريد الوصول إليه فإن أفضل وسيلة هي أن أضع قائمة دقيقة بما أفعله كي أصل إليه.
50	من الضروري أن أفكر حول ما سيحدث فيما بعد كنتيجة لتصرفاتي كما هي عليه حتى أترقب الآثار السريعة لذلك.	من الضروري أن أفكر حول ما سيحدث فيما بعد كنتيجة لتصرفاتي كما هي عليه حتى أترقب الآثار السريعة لذلك.
51	أشجع نفسي على التحسن بأن أقدم لها مكافأة خاصة أو ترفيه خاص في أي وقت أحقق فيه التقدم.	أشجع نفسي على التحسن بأن أقدم لها مكافأة خاصة أو ترفيه خاص في أي وقت أحقق فيه التقدم.
52	يعتبر تأجيل الترفيه والمتعة الشخصية حتى انتهى من تنفيذ ما لدي من عمل خير أسلوب يجعلني منجزاً.	يعتبر تأجيل الترفيه والمتعة الشخصية حتى انتهى من تنفيذ ما لدي من عمل خير أسلوب يجعلني منجزةً.
53	عندما أشعر بالكآبة أفضل شيء أفعله أن أحصر انتباهي على السلبيات التي حدثت لي.	عندما أشعر بالكآبة أفضل شيء أفعله أن أحصر انتباهي على السلبيات التي حدثت لي.
54	إن ما أشعر به عن نفسي أنني أحتاج إلى كثير من الجهد بخصوص ما أقوم بإنجازه.	إن ما أشعر به عن نفسي أنني أحتاج إلى كثير من الجهد بخصوص ما أقوم بإنجازه.

المراجع

أولاً: المراجع العربية:

إبراهيم، جميلة عباس. *دراسة مقارنة للمشكلات الدراسية لطلبة وطالبات المرحلة الثانوية حاضري وغائبي الأب (بسبب السفر للخارج).* رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عين شمس، معهد الدراسات العليا للطفولة، القاهرة، 1998م.

إبراهيم، عبد الله سليمان؛ وعبد الحميد، محمد نبيل. «العدوانية وعلاقتها بموضع الضبط وتقدير الذات». *مجلة علم النفس.* الهيئة المصرية العامة للكتاب، القاهرة، العدد (30)، (1994م)، ص38 – 58.

أحمد عبد الخالق، شادية. *الاتجاهات الوالدية لدى طلاب الجامعة وعلاقتها بالاغتراب.* رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، بجامعة عين شمس، القاهرة، 1992م.

بالانت، جولي. *التحليل الإحصائي باستخدام spss.* ترجمة: خالد العامري. القاهرة: دار الفاروق، 2006م.

جوانه، فائقة. *أساليب المعاملة الوالدية وعلاقتها ببعض سمات شخصية الفتاة الجامعية السعودية.* رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية للبنات بالرياض، 1992م.

حافظ، أحمد؛ وعبد الخالق، أحمد. «حالة القلق وسمة القلق لدى عينات من المملكة العربية السعودية». *مجلة العلوم الاجتماعية.* كلية الآداب بجامعة الكويت، الكويت، المجلد 16، العدد (3)، (1988م)، ص194.

الخطيب، جمال. *تعديل السلوك الإنساني.* بيروت: مكتبة الفلاح، 1995م.

الرشيدي، هارون. «معنى الحياة والتحكم الذاتي لدى عينة من طلاب الجامعة». *مجلة البحوث النفسية والتربوية.* كلية التربية، المنوفية، جمهورية مصر العربية، المجلد 11، العدد (3)، (1995م)، ص155 – 196.

الزراد، فيصل. *دراسة علاقة الاتزان الانفعالي بمشكلات الشباب.* رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة عين شمس، القاهرة، 1978م.

زعتر، محمد. «دراسة عبر ثقافية مقارنة لمشكلات طلاب الجامعة». *مجلة الإرشاد النفسي.* جامعة عين شمس، القاهرة، السنة 7، العدد (10)، (1999م)، ص95 – 144.

ستور، انتوني. *العدوان البشري.* ترجمة: محمد غالي، والهامي عبدالظاهر. الإسكندرية: الهيئة المصرية العامة للكتاب، 1975م.

السيد، فؤاد البهي. *الجداول الإحصائية لعلم النفس.* القاهرة: دار الفكر، 1958م.

_____، *علم النفس الاجتماعي.* ط2. القاهرة: دار الفكر العربي، 1981م.

_____، *علم النفس الإحصائي.* ط3. القاهرة: دار الفكر العربي، 1979م.

الشافعي، إبراهيم. «الكفاءة الذاتية وعلاقتها بالكفاءة المهنية والمعتقدات التربوية والضغوط النفسية لدى المعلمين وطلاب كلية المعلمين بالمملكة العربية

السعودية». *المجلة التربوية*. جامعة الكويت، الكويت، المجلد 19، العدد (75)، (2005م)، ص 131 – 193.

عبد الحميد، جابر؛ وكفافي، علاء. «وجهة الضبط وبعض المتغيرات النفسية المرتبطة بها». *مجلة دراسات في علم النفس*. مركز البحوث التربوية، جامعة قطر، قطر، العدد (21)، (1988م)، ص 361 – 438.

عبد السلام، علي. *المساندة الاجتماعية*. القاهرة: النهضة المصرية ومكتبات أخرى، 2005م.

عبد السلام، فاروق. *كراسة تعليمات مقياس الطمأنينة النفسية*. القاهرة: مكتبة الخانجي، 1979م.

عبد الله، معتز سيد. *العنف في الحياة الجامعية*. القاهرة: مركز البحوث والدراسات النفسية بكلية الآداب، جامعة القاهرة، 2005م.

عبد المنعم، عفاف. *الاغتراب وعلاقته ببعض متغيرات الشخصية*. رسالة دكتوراه، كلية الآداب، جامعة الإسكندرية، الإسكندرية، 1989م.

عيد، محمد إبراهيم. *التوكيدية علاقتها بوجهة الضبط والقلق والخجل لدى الشباب في أزمات الشباب النفسية*. القاهرة: مكتبة زهراء الشرق، د.ت، ص33 – 76.

فهمي، محمد شامل. *الإحصاء بلا معاناة*. الرياض: معهد الإدارة العامة. جزأين، 2005م.

كامل، عبد الوهاب. «التحكم الذاتي وبعض الاضطرابات السلوكية». *بحوث علم النفس*. ط2. النهضة المصرية، القاهرة، (2002م)، ص407 – 429.

_____، *مقياس التحكم الذاتي، كراسة التعليمات*. جمهورية مصر العربية، طنطا: المكتبة القومية الحديثة، 1988م.

مرسي، كمال إبراهيم. *المدخل إلى علم الصحة النفسية*. الكويت: دار القلم، 1988م.

هانم ياركندي. «المشكلات السلوكية وعلاقتها ببعض سمات الشخصية لدى طالبات المرحلة الثانوية». *مجلة كلية التربية*. جامعة المنصورة، جمهورية مصر العربية، العدد (40)، (1999م)، ص50 – 90.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

Battaglinu, M. Benebou, R. & Tirole, J. Self – control in peer group. *Journal of Economic Theory*, 123(2), (2005), 105 – 134.

Heiby, E. M. & Mearig, A. Self – control skills and negative emotional state: A focus on hostility. *Psychological Reports*, 90, (2002), 627 – 633.

Jerusalem, M. & Mittag,W. Self – efficacy in stressful life transition. In A. Bandura (Ed.), *Self – Efficacy in Changing Societies* (1999), (pp.177 – 201). Cambridge University Press.

Kanfer, F. H. & Karoly, P. Self – control: A behavioristic excursion in to lion'sden. *Behavior Therapy*, 3, (1972), (398 – 416).

May, R. *The Meaning of Anxiety*. NewYork, NY: Roland Press, 1977.

Mezo, P. & Heiby, E. A comparison of four measures of self – control skills. *Assessment*, 11, (2004), 238 – 250. doi: 10.1177/1073191104268199

Rehm, L. P. A self – control model of depression. *Behavior Therapy*, 8, (1977), 787 – 804.

Rokke, P. D. & Rehm, L. P. Self – management therapies. In K.S. Dobson (Ed.), *Hand Book of Cognitive – Behavioral Therapies* (2nd ed., (2003), pp. 173 – 210). New York, NY: Guilford.

Rosenbaum, M. The role of learned resourcefulness in the self – control of health behavior. In M. Rosenbaum, (Ed.), *Learned resourcefulness: on coping skills, self – control, and adaptive behavior*. New York, NY: Springer Publishing Company, Inc, 1990.

The Relationship Between Self – Control and Negative Behaviors

Faeqah Saaed Jowanah
Assistant Professor of Mental Health, College of Arts, University of Dammam
Makkah, Kingdom of Saudi Arabia, p.o box: 57002, Postal Code:21955
E – mail: F.jowanah@yahoo.com
(Received 27/11/1430H; accepted for publication 10/6/1431H.)

Key words: personal – Efficacy, self –Control, self – Monitoring, self – Evaluation, self –Reinfurcement, self – Management, Mutiny, Lost goal, Aggression, Deviation of norms.
Abstract. Self control is one of the most important contemporary psychological concepts. Studies tend to look at self – control as a characteristic that could affect the mood, emotional, and cognitive aspects of personality. The practical importance of such concept is that well – designed program, for helping people behave in a self – controlled manner, could treat behavioral patterns related to symptoms of emotional and psychosomatic disorders (Abdulwahab, Kamel, 1989). The purpose of this study was to identify the relationship between self – control and negative behaviors (mutiny, lack of goal, aggression, and deviation from norms). The sample consisted of (517) female students in their second and third years in the College of Arts at the University of Dammam, Saudi Arabia (King Faisal University, previously). Ages range from 19-24. Tools were used in this research consisted of a self – control scale by Kamel Abdulwahab and modified to suit the Saudi environment. Also, negative behavior scale prepared by researcher was used as a tool in this research .

The results of the research showed that T results for all four behavioral patterns showed that such pattern does not apply to all students at the College of Arts as the value of T is negative at a level less than 0.05. There was a correlation between self – control and mutiny (R= – 0.404); a correlation between self – control and lack of goal (R= – 0.505); acorrelation between self – control and aggression (R= – 0.22); and acorrelation between self – control and deviation from norms (R= – 0.259).