

صراع الدور وعلاقته بالتحكم الذاتي
لدى مُدَرِّسات معهد الفنون الجميلة
في مدينة بغداد

الكلمات الدالة
(صراع الدور ، تحكم الذات ، الفنون الجميلة))
Email: ashour_alft56@yahoo.com

إعداد
م.م. عاشور موسى الفت الزهيري
وزارة التربية

مستخلص البحث

يتناول هذا البحث مسألة مهمة من المسائل التربوية والتعليمية ألا وهي المُدرّسة وما تعانيه من صعوبات وضغوطات سواء داخل المؤسسة التعليمية أو خارجها، لذلك تحمل المُدرّسة أعباء ومسؤوليات كثيرة في هذه العملية يتوقع الجميع أن تمارس كل هذه الأدوار ولأجل تحقيق الأهداف التي تسعى إليها عملية التربية على وفق ما يراه المجتمع وبقبله.

لذا تبنى الباحث تعريف خضر (٢٠٠٩) لصراع الدور وعرفه: انه حالة افتراضية تنشأ من متطلبات الأدوار التي تنهض بها المُدرّسة وما يكتنفه من ضغوط نفسية تخلق لديها أفكاراً ومشاعراً تجعلها غير قادرة على التوافق مع البيئة التي تعمل بها وينعكس ذلك في سلوكها مع الآخرين . وقد تبنى الباحث تعريف خضر (٢٠٠٩) للتحكم الذاتي وعرفه أنه محاولة الفرد لتعديل سلوكه ذاتياً في ضوء محكات مرجعية (داخلية وخارجية) بحيث يستطيع تأجيل إشباع رغباته العاجلة بغية تحقيق أهداف مرغوبة " له ولمجتمعه " سواء كان ذلك مع وجود التدعيم الخارجي أو في غيابه ، أو عند ترتيب حالات بيئية معينة ، فأن الفرد يمكنه ان يتتباً بحدوث ذلك السلوك . وفي ضوء ذلك يستهدف البحث الحالي ما يأتي:

١. قياس صراع الدور لدى مُدرّسات معهد الفنون الجميلة.

٢. قياس التحكم الذاتي لدى مُدرّسات معهد الفنون الجميلة.

وكانت عينة البحث عشوائية بلغت ١٠٠ مُدرّسة ، وقد استعمل الباحث لذلك أداتين الأول اختبار صراع الدور لدى مُدرّسات معاهد الفنون الجميلة والثاني اختبار التحكم الذاتي لدى مُدرّسات معاهد الفنون الجميلة ،

أما الوسائل الإحصائية المستعملة فهي الاختبار التائي (T-test) لعينة واحدة والاختبار التائي (T-Test Two Sample) لعينتين مستقلتين، واشرت نتائج البحث: انخفاض صراع الدور لدى مُدرّسات معاهد الفنون ، وتتمتع مُدرّسات معهد الفنون الجميلة بدرجة مرتفعة من التحكم الذاتي، وجود علاقة عكسية بين صراع الدور والتحكم الذاتي لدى مُدرّسات معاهد الفنون الجميلة .

وفي ضوء نتائج البحث يوصي الباحث بإنشاء مراكز للتوجيه والإرشاد الأسري وتفعيل دورها في المجتمع المدني والإفادة من مقاييس صراع الدور والتحكم الذاتي كوسيلة للكشف عن صراع الدور والتحكم الذاتي لدى الأمهات المتعلمات وغير المتعلمات، ولذلك اقترح الباحث دراسة صراع الدور وعلاقته بالتحكم الذاتي لدى معلمات التربية الخاصة.

Abstract

This paper deals with an important issue of matters educational namely school and suffers from the difficulties and pressures both within the institution or outside, so bear school burdens and responsibilities of many in this process everyone expects to exercise all of these roles and in order to achieve the objectives of the process of education according to What society deems acceptable.

So built researcher definition Khudr (2009) to role conflict and knew: he hypothetical situation arising from the requirements of the roles undertaken by school and beset by psychological pressures create their ideas and Mchaara make them capable of compatibility with the environment in which it operates and this is reflected in their behavior with others.

He adopted researcher definition Khudr (2009) to control and self-defined as an attempt of the individual to adjust his behavior self in light Criteria for reference (internal and external) so that it can postpone satisfy the wishes urgent in order to achieve the objectives of desirable "for him and his community," whether it's with a strengthening external or in his absence, or when arranging certain environmental cases, the individual can predict the occurrence of such conduct.

In light of this, targeting current research as follows:

1. Measuring role conflict with the Institute of Fine Arts teachers.
2. Measuring the self-control of the Institute of Fine Arts teachers.

The random sample of 100 schools, have been used by the researcher to the first test tools role conflict with teachers Institutes of Fine Arts and the second test self-control among teachers Institutes of Fine Arts, The statistical methods used are (T-test) for one sample and (T-Test Two Sample) for two independent samples, and I have search results: reduced role conflict with teachers institutes arts, and enjoy teachers Institute of Fine Arts degree high of self-control, and there inverse relationship between role conflict and self-control of the Institutes of Fine Arts teachers.

In light of these results the researcher recommends the establishment of centers for guidance and family counseling and activate their role in civil society and benefit from standards role conflict and self-control as a means to detect the role conflict and self-control with educated mothers and uneducated, so researcher proposed study role conflict and its relationship to control the self-the parameters of special education.

الفصل الاول

مشكلة البحث:

يعد صراع الدور لدى المرأة بصورة عامة و مُرّسات معهد الفنون الجميلة بصورة خاصة نتيجة لتعدد أدوارها الناجمة عن كثرة الضغوط التي تتعرض لها داخل الأسرة وخارجها ، ونتيجة التوقعات المتباينة من المجتمع إزاء أداء أدوارها، قد تصل الضغوط إلى درجة تمنعها أو تعيقها من أداء أدوارها بشكل مقبول (المسيري، ١٩٨٩ : ٢٢). إن تعدد الأدوار يؤدي إلى إجهاد الدور الأصلي للمرأة، مما قد يسبب في عدم نجاحها في أداء الدورين معاً (Bromberger, 1994: 204)، وتباين الضغوط يخلق لدى المُرّسة أفكاراً ومشاعراً تؤثر على مستوى أدائها الذي ينعكس بدوره على مستوى أداء الطالبات، إذ ترتبط الحالة النفسية والانفعالية للمدرسة بشدة الضغط الذي تتعرض له فتولد لديها حالة من القلق والاضطراب (محمد، ١٩٩٤ : ١٩)، فضلاً عن ذلك تناقض في التزامات المُرّسة ومسئولياتها الاجتماعية وعدم قدرتها على الموازنة في إرضاء بعض رغباتها ودوافعها الهامة وبين ولائها لمجموعات مختلفة مما يضطرها إلى إهمال بعض حاجاتها الإنسانية للتغلب على الثقافة التقليدية السائدة مازالت تتوقع أن يكون مجال المرأة هو المنزل وتربية الأطفال، حتى إذا شاركت المرأة في العمل خارج البيت فإن هناك نوعاً من الأعمال يتوقع أن تكون مناسبة لها أكثر من غيرها.

وللمرأة حاجات أساسية وثانوية جسمية ونفسية، مادية ومعنوية خاصة وعامة مشتركة بينها وبين غيرها من النساء جميعها تتطلب الإشباع حتى تشعر بجدوى حياتها وتضيف نوعاً من الطمأنينة النفسية لا تتحقق من دون إشباع حاجاتها بمختلف أشكالها وعملية الإشباع تحقق لديها أنواعاً من التكيف والتوافق مع المجتمع لتؤدي أدوارها العامة والخاصة بشكل أفضل، فضلاً عن بيئة العمل أياً كانت هذه البيئة، وعلى الرغم من الظروف الصعبة التي مرت بها العاملة فإنها تعد نصف المجتمع فقد ورد ذكرها من خلال التاريخ والمسيرة البشرية بشكل بارز سواء كان إنتاجياً أو استهلاكياً (نعامة، ١٩٨٤ : ٧)، فضلاً عن ذلك أن طبيعة عمل المرأة وقيمتها ومحدداته أمر ضروري ويشكل أحد التحديات الرئيسة للتنمية، أما بالنسبة للتحكم الذاتي ومن خلال دراسة الباحثين للسلوك الاجتماعي وجد من ملاحظة الطبيعة البشرية أن للأفراد محاولات عديدة في التحكم والتأثير على الصور التي يكونها عنهم الآخرون ويشير بعضهم إلى أن العالم مسرح يمثل فيه الأفراد أدواراً مختلفة أثناء مراحل حياتهم، وإن الظهور على مسرح الحياة هذا قد يكون أكثر أهمية من الواقع نفسه و إن في عبارة "الحياة مسرح" إشارة إلى إمكانية وجود فجوات وتناقضات بين ظهور الفرد أمام الآخرين وبين واقعه الشخصي، لأن ظهوره من خلال كلامه وأفعاله قد لا يكون انعكاساً دقيقاً لمعتقداته

واتجاهاته ومقاصده، بل إن ما يقوله وما يفعله قد يكون نتاجاً لمحاولات مدروسة ومتعمدة لخلق صورة ملائمة في مواقف معينة لكي يظهر أنه الشخص المناسب في المكان المناسب وفي الوقت المناسب .

وفي ضوء نظرية التحكم الموجه للذات نفترض أن الأفراد يستطيعون ويمارسون فعلاً التحكم بسلوكهم التعبيري، وفي ضوء ما تقدم فقد أرتأى الباحث صياغة المشكلة على شكل سؤال؟
*هل توجد هناك علاقة بين صراع الدور والتحكم الذاتي لدى مُدرّسات معاهد الفنون الجميلة؟

أهمية البحث:

تعد معاهد الفنون الجميلة من المعاهد المهمة والتطويرية في بناء الشخصية الإنسانية التي يتوقف عليها نجاح العملية التربوية وتنشئة جيل مسلح بالقيم والمعرفة والفنون .
ويعد صراع الدور سمة من سمات حياتنا اليومية فهو حالة ملازمة لحالة التفاعل الاجتماعي الإنساني (Hong, 2005:5) وجد مع وجود الإنسان وكان للصراع الدور الفعال في عملية تغيير المجتمعات وانتقالها من شكل إلى آخر، لذلك وضع الإسلام ميزاناً صحيحاً يتفق مع الطابع البشرية والفطرية الإنسانية ذلك الميزان هو (الإتقان والإجادة) في العمل.

للمرأة دور فاعل في الحياة سواء في مجال ديمومة تلك الحياة أم في عملية إحداث تغيير فيها، وعلى الرغم من اختلاف الأدوار المنوطة لها، فإن للمدرسة معاناتها الخاصة الناتجة عن صراع الدور وما يسببه من حالات نفسية، إذ أن عليها أن تنهض بمسؤولياتها في تحمل الأعباء المادية للأسرة دون أن تفرط بأدوارها الأخرى، حيث تظهر أهميتها من خلال الحرص على التوفيق بين أدوارها جميعاً، مع إدراكها أن لمثل تلك المهمات ضربيتها الخاصة المتمثلة بالضغوط النفسية التي تتعرض لها وتتطلب منها قدرًا أكبر من الاستعداد الشخصي لتفعيل أدوارها (الخولي، ٢٠٠١: ١٧).

وهناك مصادر للضغوط النفسية ويشكل صراع الدور أحد المصادر الرئيسة للضغوط، مما يعني أهمية العناية به وأخذه بالاعتبار، صراع الدور يحدث عندما يواجه الفرد التزامات عدة ويطلب بانجاز هذه الالتزامات في الوقت نفسه ، فمثلا المرأة العاملة قد تجد نفسها ضحية صراع الدور مما يعرضها للضغط النفسي الذي يجهدا ويعرضها للإرهاق والإنهاك (القيوتي، ٢٠٠٣: ١٥).

ويحدث صراع الدور لدى المرأة العاملة عندما تتعارض مسؤوليات العمل ومتطلباته مع المسؤوليات الأسرية والمنزلية، فعملها يحتاج منها وقتا وجهدا لإنجاز المهمات الموكلة إليها، وفي الوقت نفسه التزاماتها الأسرية والمنزلية تحتاج هي الأخرى لانجازها ولا تحتل التأخير، كما لا يمكن

إسناد هذه المهمات لفرد آخر كي يقوم بها بالنيابة عنها، وفي وضع كهذا تجد المرأة نفسها في حيرة من أمرها، ويبدأ الصراع النفسي يأخذ مكانه في نفسها حيث الشعور بالتقصير وتأنيب الضمير يبدأ ينهشها ويؤثر فيها سواء كان هذا التقصير في العمل أو في المنزل، فكلاهما مهم بالنسبة لها، ولا يمكن إهماله أو التساهل فيه، فشؤون المنزل من أبناء وزوج وضيوف وغيرها تحتاج الى وقت لإنجازها وقد لا تجد متسعا من الوقت لانجاز ذلك وإن أعطت هذه الأشياء جل وقتها واهتمامها فقد ينعكس ذلك على أدائها في عملها حيث يكون الانجاز والعطاء اقل مما يجب، نظراً لأنها لا تركز ذهنيا وليس لديها النشاط والحيوية اللازمة للقيام بدورها، بل قد تتحول الى عامل إعاقة في بيئة العمل مما يؤثر سلبا ويثير حفيظة الأخرى اللاتي يعملن معها (المحنة ، ٢٠٠٢: ١٠) .

إن التوفيق بين مستلزمات العمل ومتطلباته، ومتطلبات المنزل وشؤونه، ليس بالأمر الهين او اليسير، اذ لا بد من استثمار كل دقيقة، والتفكير في الآليات والطرائق المناسبة التي تسهل انجاز هذه المهمات تجنباً للإخفاق اما في العمل، او في شؤون الأسرة، وهذا ما لا يرضاه احد، وفي تجنب الإخفاق حماية من الضغوط النفسية التذمر من قلة الوقت لدى المرأة وعدم قدرتها على إنهاء الأعمال المنزلية عبارة مترددة على السنة من يعانون من صراع الدور وضغوطه النفسية، حيث تعبر هذه الجملة عن صعوبة تواجهها المرأة ، إذ لا تجد متسعا من الوقت يكفي للقيام بالدور الأسري، على الوجه المطلوب، وفي الوقت والظرف المناسب، ودون تأخير (عمارة، ٢٠٠٠: ٣٧).

فضلاً عن ذلك أن جميع الوقائع تشير إلى أن للمرأة دور فعال في تقدم المجتمع، وان هذا الدور تتعاظم أهميته كلما تمتعت المرأة بمكانة محترمة في المجتمع ووجدت حرية التعبير عن ذاتها، والشعور بتكافؤ الفرص مع أخيها الرجل، وتحققت لديها فرص العمل المناسبة، حيث تزداد ثققتها ويتسع إدراكها، فتتفهم مشكلاتها وتكون على صلة بواقع الحياة ومتطلباتها، وتلبي المطالب المفروضة عليها من قبل المجتمع، كتربية الأطفال ورعاية الأسرة وتنظيم شؤون البيت (المشهداني و الفلاح، ٢٠٠١: ٢).

إن طبيعة عمل المُدرسة وقيمتها ومحدداته أمر ضروري ويشكل أحد التحديات الرئيسة للتنمية ولا بد أن يتم تقييم عمل المدرسة وزيادة فعاليتها في المستقبل على المستوى الاقتصادي والاجتماعي من خلال الحرص على تطوير القدرات والإمكانات وتعلم اللغات وتطوير مداخل وطرائق جديدة في التدريس والتعلم مدى الحياة والعمل بغير صراع.

وان لهذا الدور أهمية في حياة الإنسان لكي يكون مقبولاً اجتماعياً على وفق ما تتطلبه التنشئة الاجتماعية. أما في ضوء أهمية التحكم الذاتي فتظهر في قدرة الفرد في توجيه ذاته وتنظيمها

وتعديل جوانب سلوكه وأفكاره وانفعالاته واتجاهاته، أي يمتد تأثيره إلى مختلف أبعاد الشخصية بحيث يمكن السيطرة على كثير من الأفعال غير المناسبة (حبيب، ١٩٩٧: ٥٠).

فالتحكم الذاتي يظهر من خلال وعي الفرد بسلوكه الخاص فالأفراد الواعون بدرجة عالية لسلوكهم يكونون أكثر اتساقاً في كيفية تصرفهم في مواقف مختلفة من الأفراد غير الواعين جداً لسلوكهم الخاص هذا لأن الأفراد الذين لديهم وعي ذاتي awareness يكونون أكثر إدراكاً وشعوراً وذلك يجعل سلوكهم أكثر ملائمة (منصور، ١٩٨٢: ٦٧) فالشخص المتحكم ذاتياً يستطيع اتخاذ قراره بنفسه وذلك بصياغة أهدافه التي يرغب الوصول إليها والتغلب على الصعوبات والمعوقات التي تعترض تحقيق هذا الهدف فضلاً عن ذلك نراه أكثر احتراماً على اتخاذ قراره في المواقف التي تكون لها نتائج أفضل على المدى البعيد.

استناداً إلى ما طرَحَ فإن البحث الحالي يكتسب أهميته من خلال ما يلي:-

- ١- إن متطلبات الحياة المعاصرة وما يعانيه المجتمع من صعوبات على كافة الأصعدة انعكست على المدرسة وأضافت إليها أعباء جديدة متمثلة في المشاركة بتحمل مسؤولية الأسرة وتوفير متطلباتها الحيوية فضلاً عن قيامها بعملها التدريسي مما يخلق لديها صراعاً في الأدوار مما يستدعي الاهتمام بنفسيتها وتوفير الأداة المناسبة لقياس صراع الدور لديها، وتخفف حدة ذلك الصراع.
- ٢- مساعدة مُدرّسات المعهد على تجاوز التأثيرات السلبية الناتجة عن صراع الدور لديها وذلك بالكشف عنه وتحديد شدته.
- ٣- ما يظهر من أهمية الوقوف على معاناة المرأة العاملة عامة و المُدرّسة خاصة من تعدد أدوارها وما تتحمله من ضغوط نفسية وتحديد صعوباتها حتى تستطيع ممارسة حقوقها وواجباتها.

أهداف البحث:

يستهدف البحث الحالي إلى:-

١. قياس صراع الدور لدى مُدرّسات معهد الفنون الجميلة.
٢. قياس التحكم الذاتي لدى مُدرّسات معهد الفنون الجميلة.
٣. إيجاد العلاقة الارتباطية بين صراع الدور والتحكم الذاتي لدى مُدرّسات معاهد الفنون الجميلة.

حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بمُرسّات معاهد الفنون الجميلة التابعة لمديرية اعداد المعلمين في محافظة بغداد للعام الدراسي ٢٠١١-٢٠١٢ .

تحديد المصطلحات:

أولاً: صراع الدور Role conflict

عرّفه كل من :

الأشقر ١٩٩٥:

شعور بعدم الراحة ينشأ عندما يواجه الفرد العديد من طلبات العمل المتناقضة أو عندما لا يرغب به أصلاً أو لا يعتقد بأنها جزء من عمله (الأشقر، ١٩٩٥: ٨).

جعفر ٢٠٠٢:

هو مجموع الالتزامات والمطالب المتباينة المرتبطة بتوقعات الدور الواحد أو الأدوار المتعددة التي يؤديها الفرد اذ تسهم في خلق ضغوط نفسية من صعوبة تحقيق التوافق معها. (جعفر، ٢٠٠٢: ٢٢).

خضر ٢٠٠٩:

بأنه حالة افتراضية تنشأ من متطلبات الأدوار التي تنهض بها المُرسّة وما يكتنفه من ضغوط نفسية تخلق لديها أفكاراً ومشاعراً تجعلها غير قادرة على التوافق مع البيئة التي تعمل بها وينعكس ذلك في سلوكها مع الآخرين (خضر، ٢٠٠٩: ٩).

* علماً ان الباحث تبنى مقياس صراع الدور لـ(خضر ٢٠٠٩) .

التعريف الإجرائي

الدرجة الكلية التي تحصل عليها مُرسّة معهد الفنون الجميلة على مقياس صراع الدور الذي تبناه الباحث .

ثانياً: التحكم الذات: self control

عرّفه كل من :

قاموس ميريام وبستر Merriam webster 1999:

هو القيد الممارس على دوافع الشخص أو عواطفه أو رغباته (Webster ,1999 :1060)

قاموس أوكسفورد 2000 Oxford: هو القدرة على السيطرة على السلوك الذاتي أو عدم أظهار المشاعر (Oxford, 2000: 1066).
خضر ٢٠٠٩:

أنه محاولة الفرد لتعديل سلوكه ذاتياً في ضوء محكات مرجعية (داخلية وخارجية) بحيث يستطيع تأجيل إشباع رغباته العاجلة بغية تحقيق أهداف مرغوبة له ولمجتمعه سواء كان ذلك مع وجود التدعيم الخارجي أو في غيابه ، أو عند ترتيب حالات بيئية معينة فأن الفرد يمكنه أن يتنبأ بحدوث ذلك السلوك (خضر ، ٢٠٠٩ : ١٠) ، * علما ان الباحث تبنى مقياس التحكم الذاتي لـ (خضر ٢٠٠٩).

التعريف الإجرائي:

الدرجة الكلية التي تحصل عليها مُدرسة معهد الفنون الجميلة على مقياس التحكم الذاتي الذي تبناه الباحث.

معاهد الفنون الجميلة :

هي مؤسسات تربوية تتولى إعداد المعلمي والمعلمات التربوية الفنية للمرحلة الابتدائية ، وتقبل الطلبة بعد المرحلة المتوسطة ومدة الدراسة فيها خمس سنوات ، وتمنح شهادة الدبلوم قبل الدراسة الجامعية . (وزارة التربية ، ١٩٧٧ : ٢) .

الفصل الثاني

*الاطار النظري:

النظريات التي فسرت صراع الدور:

أولاً : نظرية التحليل النفسي Psychoanalysis Theory

ترى نظرية التحليل النفسي عملية النمو تفاعلاً ديناميكياً بين الحاجات والدوافع الفطرية عند الفرد من ناحية وبين القوى البيئية المتمثلة في المعايير الاجتماعية من ناحية أخرى. وخلال عملية التفاعل هذه يعبر الفرد عن دوافعه ويشبع حاجاته ويقوم بدور فاعل في هذا التفاعل (هرمز وإبراهيم، ١٩٨٨ : ٢٥)، ومضمون هذه الأفكار ينصب على محتويات اللاشعور ومنها الدوافع والانفعالات والرغبات المكبوتة لوصفها راسب تؤدي بالفرد إلى القيام بنشاط أحياناً دون أن يعي مصدر دوافعه، وأن الكبت الذي يحدث في الطفولة المبكرة عبارة عن تدابير دفاعية بواسطة أنا ضعيفة أو غير ناضجة لا يؤثر في الجهاز النفسي حسب ولكن قد ينتج عنه تغييرات في وظيفة العضو إذ يتخذ طابع الدلالة المرضية الشديدة (الزرد، ٢٠٠٠ : ٨١).

ثانياً: نظرية التناشز الإدراكي Cognitive Dissonance Theory

يعتقد Festinger 1957 بأن التناشز Dissonance حالة سلبية من حالات الدافعية تحدث للفرد حين يكون لديه معرفتان في وقت واحد (فكرتان، رأيان، إعتقادان) (جلال، ١٩٨٤: ١٨١)، الذي يستثير السلوك ويوجهه نحو خفضه بأن يجعل المدركات الفعلية والجوانب المعرفية في علاقة توازن وانسجام.

ويضيف Festinger أن التناشز هو علاقة غير ملائمة بين العناصر الإدراكية، ويعني بالعناصر (Elements) تلك المعارف التي يملكها الفرد حول عالمها السيكولوجي أما المدركات (Cognitions) فتستعمل للإشارة إلى أي معرفة أو فكرة أو اعتقاد وإلى ما يعرفه الفرد عن محيطه أو بيئته أو عن سلوكه وانسجام العناصر الإدراكية أو تناسقها هو سايكولوجي (نفسى) أكثر مما هو منطقي فكل ما يبدو منسجماً في ذهن الفرد يمثل انسجاماً (Festinger, 1962: 13).

ويذكر ثلاثة مواقف تحدث منها حالة التناشز الإدراكي:

- ١- عندما لا تتسق الجوانب المعرفية مع المعايير الإجتماعية.
- ٢- عندما يتوقع الشخص شيئاً معيناً ويقع شيئاً آخر بديلاً عنه.
- ٣- عندما يقوم الأفراد بسلوك يخالف اتجاهاتهم العامة (صالح، ١٩٨٨: ١٤٣) ويرى Aronson 1968 أن عدم التطابق بين مدركات الفرد ومفهومه عن ذاته يعد مصدراً للتناشز (Shaw & Costanzo, 1982 : 213).

والذي ينطبق على مفهوم صراع الدور، وأفترض Bramel 1968 أن التناشز يحدث عندما تتعارض توقعات الفرد مع الواقع الاجتماعي فيسلك بطريقة تخالف توقعاته (Lindesmith & Strauss, 1968 : 27)، وعد Dreyer 1954 إدراك الفرد للاختلاف بينه وبين الجماعة من أسباب الصراع (Dreyer, 1954 : 175)، ويذكر Likewise & Wicklund 1972 أن حالة وعي الذات الموضوعي تنتج من الإحساس بالاختلاف بين الفرد والمعايير الاجتماعية للسلوك إذ تؤدي إلى شعور سلبي (الكناني، ١٩٩٤: ٤٢).

ثالثاً: نظرية الدور Role Theory

تحاول نظرية الدور تفهم السلوك الإنساني بالصورة المعقدة التي تكون عليها، كون السلوك الاجتماعي يشمل عناصر حضارية واجتماعية وشخصية ولهذا فإن العناصر الإدراكية الرئيسية للنظرية هي الدور Role يمثل وحدة الثقافة والموقع Position يمثل وحدة المجتمع والذات self تمثل وحدة الشخصية (دبابنه ومحفوظ، ١٩٨٤: ٦١).

وتقوم نظرية الدور على أساس مفهوم التفاعل بين الذات والدور من ناحية وبين الأشخاص مع بعضهم البعض من ناحية أخرى، ويتميز الدور بأنه ذو طبيعة معيارية (ملزمة) كما يتميز بأنه ذو طبيعة تنبؤية تمكن من التنبؤ بأنماط السلوك المتوقعة في إطار أدوار معينة، فالفرد يتنبأ عن سلوك متوقع فيعد نفسه لمواجهة سلوك مناسب (مرعي وبلقيس ١٩٨٤ : ١٠٥)، وكثيراً ما تأخذ الأنماط السلوكية داخل حدود الدور شكلاً رسمياً يتناسب مع ما انتقلت عليه الجماعة سواء كان ذلك شعورياً من خلال التنظيمات الرسمية أم لا شعورياً من خلال المعايير والقيم السائدة في المجتمع، ومن ثم فإن سلوك الدور يمثل نمطاً من دوافع الفرد يحاول بها مواجهة مطالب الجماعة (يونس، ١٩٧٤ : ٢٢٦)، وحيث يؤدي الفرد دوره يخضع لتصوره عن الدور وهو ما تحكمه مجموعة من العوامل من بينها اتجاهاته وقيمه واستعداداته وغير ذلك التي تعد بمثابة موجبات سلوك ولتوقعات الآخرين (شند، ٢٠٠٠ : ٣٣)، وينظر Broner 1959 إلى سلوك الدور على أنه يمثل الفرد داخلياً لأدواره الاجتماعية كما يدركها إذ يتسق سلوكه الفردي مع توقعات الآخرين ويتحدد هذا الاتساق بدرجة الدقة التي يدرك بها، لتشخيص دوره في الجماعة (مليقة، ١٩٧٠ : ٩١٧)

وهكذا يبدو واضحاً أن الدور يتضمن توقعات القائم بالدور (إدراك الفرد لمحتويات دوره ومتطلباته وهو ما يتوقف على شخصية القائم بالدور وخصائصها) توقعات الجماعة من الفرد الذي يؤدي الدور، السلوك الفعلي للفرد الذي يقوم بالدور (Banton, 1965: 28)، والواقع أن علاقة الفرد بالجماعة لا تملئها في كثير من الأحيان خصائصه الشخصية وسماته بقدر ما تملئها توقعاته عن الدور الذي يقوم به، وتوقعات الآخرين منه، ولهذا فهو ينتقل في تفاعله مع الجماعة حسب ما تملئها التوقعات الاجتماعية للدور، وقد يتم أداء هذه الأدوار بانسجام وقد يحدث الصراع عندما يجد نفسه مضطراً لأداء أدواراً تتعارض كل منها مع الأخرى، ويفترض New comb 1965 وجود ثلاثة حالات تؤدي واحدة منها أو جميعها إلى حدوث الصراع:-

١. غموض (عدم وضوح) التوقعات.

٢. تعدد التوقعات وكثرتها.

٣. التعارض بين التوقعات (Shaftel, 1967: 118).

ويرى Merton 1957 أن غموض التوقعات حول السلوك المناسب لدور معين أو مكانة معينة يعد سبباً كافياً لحدوث الصراع (Merton, 1957: 343).

ويشير مرعي وبلقيس ١٩٨٤ إلى أن غموض التوقعات وعدم وضوحها أو الإجماع عليها

يؤدي إلى التوتر، ومن ثم إلى الصراع (مرعي، وبلقيس، ١٩٨٤ : ١٢٧).

رابعاً: نظرية الخوف من النجاح 1972 Horny. M

ترى Horny إن دافع الخوف من النجاح حالة انفعالية غير واعية متأصلة في شخصية المرأة مصدرها التنشئة الاجتماعية والتنميط الجنسي (Shaw & Costanzo, 1983: 393). والخوف من النجاح هو ميل الشخصية لأن تكون قلقة بشأن إنجاز النجاح الذي يقترن بتوقع النتائج السلبية كالرفض الاجتماعي وانخفاض درجة الأنوثة (Horny, 1972:158). وأشار Maccoby 1963 إلى النساء اللاتي يتمتعن بسمات الاستقلالية والكفاءة والتنافس يدفعن ثمن ذلك القلق والشعور بعدم القبول الاجتماعي لأنهن يظهرن سلوكاً لا يتناسب مع مميزات وصفات الأنوثة، ومن ثم فإن حالات الإنجاز التي تدفع بالإناث إلى أن يكن مقيدات بروابط مزدوجة إذ أنهن لا يخفن الفشل بل النجاح أيضاً المتضمن لهن الصورة المدركة السائدة في المجتمع عن المرأة (Hoff Man, 1974: 353- 358).

مفهوم التحكم الذاتي

يرتبط مفهوم التحكم الذاتي للفرد بعدة مفاهيم منها (التحدث إلى الذات، ومعالجة المعلومات، والإرادة، والوعي الذاتي للسلوك، والتفكير المنطقي المنتظم). فقد أشار علماء السلوك الإدراكي، إلى أن العقائد والأفكار والمشاعر تؤدي بالفرد إلى السلوك بطريقة خاصة بالفعل، ويقول (Rachlin) (1977) بأن الأحداث الواعية لا تؤدي إلى السلوك وإنما تخبرنا عن أشياء حول التفاعل بين السلوك والبيئة. وتشير الباحثة (Jaynes) (1977) إلى أن الوعي هو ليس التفكير فقط وإنما يمثل خبرة الفرد وتجربته (Karloly & Kanfer, 1982: 38-39).

ويعد التحكم الذاتي أحد أشكال إعادة التنظيم المعرفي الذي يستهدف تدريب الفرد على تعديل أنماط التحدث للذات (Self-Statement) بوصفه العنصر الأساسي في توجيه السلوك والتحكم الذاتي، ويعد (Meichenbaum) (1977) أول من طور هذا الأسلوب إذ تبين له أن التخلص من مشكلة ما يعني التخلص من التحدث إلى الذات بطريقة انهزامية وسلبية واستبداله بالتحدث إلى الذات بطريقة إيجابية (دبيس، ١٩٩٨: ٩٦)، ويقول أيضاً في مناقشة الحوار الداخلي بأنه يسمح للفرد بالإشراف والتحكم بأفكاره ورغباته ومشاعره وأنشطته فيتم تفسيرها بأنها معرفية وإدراكية (Karloly & Kanfer, 1982: 49).

وأن التحكم الذاتي يشير إلى السلوك في المواقف التي فيها يجب على الفرد مراقبة أفعاله الخاصة بطريقة ما في غياب أي من التدعيم الخارجي أو المقيدات الخارجية في الموقف الحالي،

وأن مصطلح التحكم الذاتي يدل ضمناً على أن هناك نوعاً من الحافز المباشر يدعو إلى التصرف بطريقة واحدة ولكن الفرد يسيطر على نفسه ويتصرف بالأسلوب البديل الذي لا يحجم أو يقدم على الإشباع الفوري (Liebert & Spigler, 1970:10).

وتستند الأفعال السلوكية إلى وعي الفرد بأهدافه إلى تصوره وتدبره للعمليات والإجراءات التي يمكن أن تضمن تحقيق الأهداف، وإلى ما يبشره من سلطة واعية على نفسه ومن ضبط لنزعاته وحفزاته، وعلى فاعلية الصعوبات والمعوقات التي قد تقف في طريق تحقيق الأهداف، وعلى إتخاذ القرارات البناءة الحاسمة في حياته. (المصدر نفسه)

وفي ضوء ذلك، يمكن تحديد بعض آليات العملية الإرادية كما يأتي:-

١. الفاعلية الذاتية: وهي حالة تنشيط الجهد الذاتي، وشحن طاقات الفرد وتعبئتها في سبيل فعالية الصعوبات والمعوقات، وبالتالي مواجهة ما يعترض تحقيق أهدافه وبرنامجه سواء كانت خارجية تفرضها الظروف المحيطة أو معوقات أو مثبطات داخلية ذاتية كالنزعات السلبية والدفاعات والخوف والوهن والتردد والضحالة المعرفية مما قد يهدر طاقات الفرد.

٢. توجيه الأوامر إلى الذات (التقرير الذاتي) (Self-Statement): كما وضحت آنفاً:

٣. مقاومة الإغراء (المصدر نفسه)

ويذكر (الشناوي) ١٩٩٦ إلى أن هناك نوعين من التحكم الذاتي على أساس طول المدة التي تتطلبها هذه العملية، فالنوع الأول هو التحكم الذاتي على أساس طول المدة التي تتطلبها هذه العملية، والمتصل باتخاذ القرار إذ نجد أن الفرد يواجه الاختيار بين الهروب من الموقف المضايق له وبين الإقدام على الموقف والذي يكون (أي الإقدام) نتائج أفضل على المدى البعيد، أما النوع الثاني هو مقاومته للتردد أو يكون هناك تحمل للألم لمدة طويلة يمكن خلالها إعادة تقويم الاستجابات بصورة مستمرة (الشناوي، ١٩٩٦: ٤٢٩).

ويقترض (Bronowosaki) (1974) أن الإنسان قادر على التفكير المنطقي أي يستطيع تكيف وضبط بيئته وتعزى قدرته التكيفية إلى قدرته على التفكير والاستدلال المنطقي إذ باستطاعته أن ينظم مشكلاته السلوكية ويحلها، وبكلمة أخرى يستطيع الفرد معالجة المعلومات (قطامي، ١٩٩٠: ٦٢٠).

أما منظرو التعلم الاجتماعي فيؤكدون أن لدى الإنسان استعداداً فطرياً للتفكير المنطقي والقدرة على التحكم الذاتي، وعلى الإنسان أن يستبصر الأمور من حوله فهو المسئول عن صنع عالمه بيده ومسئول كذلك عن المشكلة التي يعاني منها لأنه يمتلك نزعة إنسانية لذلك، ويسهم الوعي

في التحكم بالسلوك والتحدث إلى الذات، إذ أن ما يقوله الفرد لنفسه هو عامل رئيس لتوجيه سلوكه، والتعزيز الخفي هو من تخيل الفرد للمعززات التي يرغب فيها، والتحدث الإيجابي وتخيل المشاهد الإيجابية. فأحد العوامل الأساسية المؤثرة في السلوك هو تخيل نتائجه بدءاً من إعادة تنظيم المجال الإدراكي وإعادة تنظيم الأفكار المرتبطة بالعلاقات بين الأحداث والمؤثرات البيئية المختلفة، أي التمثيل المعرفي لنتائج السلوك (Cognitive representation of consequences) (الخطيب، ١٩٩٥: ٢٥١-٢٥٥).

وأن مظاهر الصحة النفسية تنطلق من تحكم الشخص بذاته في مواجهة الظروف المحيطة به، ونعني بذلك قدرته على اتخاذ قراراته المتصلة بحياته ضمن شروط تحيط به، وما يتوافر في هذه القرارات من اعتماد الشخص على معرفته وحرية ومقاومة عواطفه، كما نعني قدرة الشخص على العمل من أجل تنفيذ ما يتخذ من قرارات في تغيير سلوكه (الرفاعي، ١٩٨٧: ١٨).

المكونات السلوكية الأساسية لمفهوم التحكم الذاتي:

اختلف الأدب النظري في تحديد المكونات السلوكية للتحكم الذاتي إذ حدد كل من (Libert & Spigler 1970) إلى أن التحكم الذاتي يتضمن (مقاومة الإغراء، وتحديد المعايير الذاتية، والتعزيز الذاتي، وتأجيل الإشباع) (Libert & Spigler, 1970: 379). أما Kanfer (1980) فقد اقترح مخططاً للتحكم الذاتي يتضمن (مراقبة الذات، والتقييم الذاتي، والتعزيز الذاتي) (Kanfer & Goldstein, 1980:311).

وبشير كمال (١٩٨٢) إلى أن أساليب التحكم الذاتي في السلوك هي السيطرة على العامل المثير، ورصد النفس (المراقبة الذاتية، والتعزيز الذاتي) (كمال، ١٩٨٢: ٤٨٢). أما حمدي (١٩٩٢) فقد قسم مكونات التحكم الذاتي إلى (مراقبة الذات - ضبط المثيرات - تعزيز الذات) (حمدي، ١٩٩٢: ١١).

وأشار عبد الرحمن (١٩٩٨) إلى مكونات التحكم الذاتي تتضمن (مراقبة الذات) وتتم عن طريق التغذية المرتدة، والتخطيط البيئي، وبرمجة السلوك) (عبد الرحمن، ١٩٩٨: ٦٥٥).

ويبدو أن أهم المكونات السلوكية للتحكم الذاتي هي:

١. **مراقبة الذات (Self-monitoring)** أو ملاحظة الذات (Self-observation) يوصف هذا المكون بأنه الانتباه الواعي والدقيق للسلوك الذاتي للشخص (الشناوي، ١٩٩٦: ٤٢٧)، وكذلك هي عملية تتطلب من الفرد ملاحظة سلوكه الخاص والمواقف التي يظهر بها هذا السلوك والأسباب التي تؤدي إلى ظهوره كذلك تستلزم منه ملاحظة نتائج سلوكه والآثار المترتبة عليها أي يمكن فهم عملية

ملاحظة الذات بشكل أفضل على أنها عملية تجميع منطقي للمعلومات عن العوامل التي تؤثر في تصرفات الفرد وسلوكه.

وعلى وفق ما تنص عليه التحليلات النظرية الموضوعية بشأن مراقبة الذات يختلف الأشخاص فيما بينهم بشأن المدى الذي إليه أو عنده يتمكن الفرد من ملاحظة سلوكه والتحكم به (عبد الرحمن، ١٩٩٨: ٦٥٥).

٢. تقييم الذات (Self-evaluation):

هي عملية استجابة تمييزية، ومضاهاة أو مقابلة، تظهر الفرق بين ما يفعله الفرد وبين ما كان ينبغي عليه ان يعمل، وإذا كان هناك تقارب كبير بين معايير الأداء وبين المعلومات المتحصل عليها من التغذية الراجعة (Feed-back) فإن النتيجة تكون هي الرضا عن الذات (الشناوي، ١٩٩٦: ٤٢٨).

ومن هنا نجد أن الناس يقومون بتعيين مجموعة من المعايير لأنفسهم تعمل إلى حد ما على تحديد مقدار الجهود التي سيبدلونها، وتجدر الإشارة إلى أنه من الواضح جدا بأن هناك اختلافات فردية كبيرة فيما بين الأفراد في صرامة المعايير المفروضة ذاتي (Pepitone, 1964: 375).

٣. تعزيز الذات Self-Reinforcement:

هي محاولة الفرد لأن يكافئ نفسه بصورة مستمرة وذلك من خلال تقديم التعزيز الإيجابي للذات بعد ظهور الاستجابة المطلوبة، وقد يكون هذا التعزيز ماديا أو معنويا (الشناوي ١٩٩٦: ٤٢٧). وذلك بقيام الفرد بإقناع نفسه بأن امتناعه عن عمل ما فيه المكافأة له، أو ان يقوم بمكافأة نفسه بالقيام بعمل ما (كمال، ١٩٨٢: ٤٨٣).

وان من أكثر النتائج التي تقوي من السلوك هو التعزيز (Reinforcement)، فالتعزيز هو تلك العملية التي عن طريقها يتم تدعيم أو تقوية السلوك وهكذا فإن التعزيز يزيد من قوة الاستجابة ويحث على تكرار السلوك (المرسي، ٢٠٠٠: ١٨٢).

٤. تأجيل الإشباع Delay of Satisfaction:

يشير تأجيل الإشباع أو الرضا إلى تأجيل أو تأخير المكافأة الفورية بعض الشيء لصالح مكافئة مؤجلة محتملة أن تكون أكثر قيمة، والمثال الشائع في الحياة هو قرار الفرد بعدم ترك الدراسة من اجل وظيفة جيدة ومحاولته في مقاومة إغرائها والاستمرار في الدراسة وتحمله الظروف الاقتصادية الصعبة التي يمر بها (Libert & Spigler, 1970: 379-380).

٥. التخطيط البيئي (Environmental planning):

وتعني عملية إعادة تنظيم المثيرات البيئية من جانب الفرد لكي يحدث أو يقلل بعضاً من سلوكياته (الشناوي، ١٩٩٦: ٤٣٤)، أي يصيغ ويشكل بيئته بشكل مقصود بحيث تشكل هي بدورها سلوكه في الاتجاه المرغوب (عبد الرحمن، ١٩٩٨: ٦٥٩). فقد أكد (Stewart) (1967) على أن التحكم الوضعي للسلوك هو ترتيب المتغيرات البيئية بطريقة تسمح باحداث تغير في السلوك (Mahone & Thoreson, 1974: 9).

وقام كل من (Coates & Thoreson) (1977) باستعمال التحكم في المثير بنجاح في برنامج للتغلب على الأرق وتكوين عادات حسنة للنوم (Coates & Thoreson, 1977:85).

النظريات التي فسرت التحكم الذاتي

١ - نظرية الذات:

يعتقد روجرز أن الإنسان يستطيع أن يتحكم شعورياً وعقلانياً في ذاته وأن يتحول من الأساليب غير المرغوبة في التفكير والسلوك إلى الأساليب المرغوبة وهو لا يعتقد أن الناس يتحكمون بقوى لا شعورية بذاتهم ذلك أن الشخصية في نظره تتشكل بأحداث الحاضر وبرؤيتها لهذه الأحداث (ربيع، ١٩٨٦: ٤٤٨). ويتضح أن روجرز يؤكد على وجود جهازين لتنظيم السلوك (الذات/الكائن الحي)، وقد يعمل هذان الجهازان في انسجام وتعاون أو يعارض كل منهما الآخر فتكون النتيجة توتراً وسوء تكيف (هول ولندزي، ١٩٧٨: ٦٢١).

ويعد روجرز من طائفة المعالجين الإنسانيين وممن حاولوا الاستناد إلى معطيات علم النفس الحديث بوضع نظرية رئيسة في العلاج النفسي تقوم على التوجيه الذاتي والممارسة الشخصية في تغير السلوك. وبذلك تعد نظريته من أوائل النظريات التي تنصب على الفرد نفسه بحيث يكون الفرد هو صاحب الدور الأساسي والفاعل في عملية العلاج وتغيير الشخصية.

بل أن (روجرز) أكد بأن نمو قدرات الإنسان الإبداعية وقدراته على تنمية ذاته وتوجيهها فضلاً عن قدراته على الاختيار وحل المشكلات أموراً ليست ممكنة نظرياً وعملياً فحسب بل أنها جزء من قوانين الطبيعة، وقد أعطت حركة علماء النفس الإنساني وتصورها للإنسان، دفعة قوية للعلاج السلوكي الحديث باتجاه فهم عمليات التحكم الذاتي أو التوجيه الذاتي من خلال مفهومات نظرية التعلم نفسها (إبراهيم، ١٩٩٣: ٣٤٥).

٢- نظرية التعلم الإجرائي (Skinner):

ينظر سكنر إلى عملية التحكم الذاتي بوصفها شكلا من أشكال تعديل السلوك الذي يحدث عن طريق تغيير العوامل التي جاء هذا السلوك نتيجة لها. وان الناس يتحكمون بأنفسهم لان المجتمع يعزز ذلك فالقوانين الاجتماعية بما تحمله من ثواب وعقاب موجهة نحو تشكيل التحكم الذاتي لدى الأفراد (حمدي، ١٩٩٢: ١٣) وبذلك يركز سكنر على العوامل المتعلقة في تنظيم البيئة.

يؤكد سكنر أن التحكم الذاتي يستند إلى مبادئ التعلم ولا سيما مبادئ الاشتراط الإجرائي لتغيير السلوك الإنساني.

ويتم ذلك من خلال إعادة تنظيم الظروف والمتغيرات البيئية الحالية ذات العلاقة بالسلوك (أبو جادو، ٢٠٠٠: ٢٠٥).

وكذلك يؤكد إمكانية ملاحظة قوانين السلوك الأولية وضبطها لبساطتها، إذ يؤدي التحكم في السلوك بإجراء تغييرات معينة في البيئة (المنبهات) إلى إمكانية فهم السلوك ويمكن التحكم في السلوك باختبار الاستجابات المدعمة (الشماع، ١٩٧٧: ٧٠-٧٣).

وقد أكد Skinner (1953)، ان التحكم الذاتي هو عملية يقوم بها الشخص باستجابة تغير احتمالية حدوث استجابة أخرى، أول هذه الاستجابات يمكن تسميتها بالاستجابة (المسيطرة) والأخرى بالاستجابة (المسيطرة عليها)، ومن اجل فهم أعمق للأوضاع التي تمنع السلوكيات "Impulsive" أو تعزيز احتمال الإثارة الهدامة من الضروري فحص المتغيرات التي تزيد من فاعلية الاستجابة المسيطرة (Kanfer & Scinder, 1973: 381)، فالتركيز فيها منصب على السلوك وما سبقه وما يترتب عليه وليس على الأحداث الداخلية في الفرد، ويوضح سكنر وجهة نظره بقوله "ان ليس هناك إنسان داخلي وان الإنسان ليس مستقلا بذاته بل يخضع للتأثيرات البيئية في سلوكه" (الشماع، ١٩٧٧: ٧٦).

٣- نظرية التعلم الاجتماعي (باندورا):

يؤكد باندورا على فاعلية الذات المدركة "Perceived self-Efficacy" أي قدرة الفرد على التخطيط وممارسة السلوك الفعال الذي يحقق النتائج المرغوبة في موقف ما والتحكم في الأحداث والمواقف المؤثرة في حياته، وفاعلية الذات تكوين نظري وضعه "باندورا" على انه ميكانزم معرفي يسهم في تغيير السلوك، وطبقا لذلك فأن درجة الفاعلية تحدد السلوك المتوقع الذي يقوم به الفرد في مواجهة المشكلات، وهي بذلك لا تحدد نمط السلوك فحسب ولكنها تحدد أيضا أنواع السلوك الأكثر فاعلية (حمدي، ٢٠٠٠: ٤٥).

فضلا عن ذلك يرى باندورا أن الناس ذوو الفاعلية العالية يندمجون بفاعلية في عمليتي الإدراك والتفسير للأشياء أو الأحداث التي حولهم، ويعبر باندورا (١٩٧٧) عن هذا بما يسميه التفاعل التبادلي "Reciprocal Interaction" (Bandura, 1977: 174) أي أن كلا من العوامل الشخصية ومنها (المعتقدات والأفكار، التفضيلات، الإدراكات الذاتية) والمؤثرات البيئية كلها تعمل وبشكل متداخل في السلوك فكل منها يؤثر على الآخر ويتأثر به، وهكذا يتضح أن الحتمية التبادلية تتضمن إننا نستمتع ببعض الحرية في التصرف على الرغم من قلة عدد الخيارات المتاحة لنا إما بسبب القيود الخارجية أو لضعف قدرتنا أو لعدم رغبتنا في التصرف بطريقة معينة. ويرى أن التعزيز سواء كان مباشرا أو ضمنا يعطي الفرصة للتفكير في توليد سلوكيات مستقبلية ويؤكد على أهمية التدعيم الذاتي ويصفها بأنها تلك العملية التي يقوم الناس من خلالها بتحسين سلوكهم والمحافظة عليه من خلال منع أنفسهم ذلك التدعيم الذي يساعدهم على التحكم بما يرغبون في انجازه من معايير يفرضونها على ذاتهم.

ويضيف باندورا، بأن قدرة الشخص على التحكم بسلوكه يعد حجر الأساس في التحكم الذاتي وهو مبدأ أساسي لنظرية "الفاعلية الذاتية المدركة" إذ يشعر الفرد بأنه قادر على مواجهة الصعاب والتحديات وتأدية السلوك المطلوب (الخطيب، ١٩٩٥: ٢٦٢).

ولغرض تنفيذ التحكم يجب على الفرد إدراك ما تؤثر به العوامل في أفعاله وكيف يمكنه تبديل هذه العوامل لكي تحدث التغيرات التي يرغب بها، وان هذا الإدراك أو الفهم المذكور، وتسجيل وتحليل البيانات الشخصية واستعمال تقنيات ووسائل معينة لتغيير الأشياء المحددة مثل أنماط التفكير أو البيئة الطبيعية بغية تحديد فيما اذا حصل التغير المرغوب فيه، ان الطريقة السلوكية "بحسب ما طرحه باندورا" للتحكم الذاتي هي الطريقة التي تؤكد على العلاقة بين سلوكيات الشخص والبيئة.

وان الحتمية التبادلية بين السلوك والبيئة هي الشيء الذي لا يمكن ان يكون مبالغ في تأكيده في تنظيم الذات (Mahoen & Thorson, 1974: 9).

دراسات سابقة:

لم يعثر الباحث على دراسات سابقة ذات علاقة مباشرة ببحثه لذا ارتى الاستعانة بدراسات سابقة ذات علاقة غير مباشرة بالبحث تفيد في إجراءات بحثه باستعمال نوع المنهج واختيار المجتمع وحجم العينة وبناء الأداة والوسيلة الإحصائية وجرى عرض الدراسات على محورين وعلى وفق تسلسلها.

المحور الأول: الدراسات التي تناولت صراع الدور

المحور الثاني: الدراسات التي تناولت التحكم الذاتي

المحور الأول: *دراسة شند ٢٠٠٠:

الاضطرابات العصابية لدى المرأة العاملة.

استهدفت الدراسة التعرف على صراع الدور وعلاقته ببعض المتغيرات الديمغرافية (المستوى التعليمي وطول وقت العمل وعدد الأطفال وعمر الأطفال) والتعرف على صراع الدور وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية سوء التوافق والقلق والاكتئاب.

وشملت العينة على (٤٠٠) امرأة عاملة قسمت إلى مجموعتين مجموعة تعمل بعض الوقت ومجموعة تعمل طول الوقت.

واستعمل اختبار صراع الدور لآدم ١٩٨٢، تعديل شند (٢٠٠٠) واختبار القلق لشند (٢٠٠٠) واختبار التوافق للراشدين لهيوم وبيل (١٩٦١) واستمارة جمع البيانات لشند ودليل تقدير الوضع الاجتماعي والاقتصادي (عبد السلام عبد الغفار وإبراهيم قشقوش) أما الوسائل الإحصائية المستعملة هي (الاختبار التائي ومعاملات الارتباط والإرباعيات)، وقد أظهرت النتائج وجود فروقاً دالة بين متوسط درجات الأمهات العاملات طول الوقت ومتوسط درجات الأمهات العاملات بعض الوقت على مقياس صراع الدور لصالح المجموعة الأولى (شند، ٢٠٠٠، ١٦٣-١٦٤) *دراسة جعفر ٢٠٠٢:

صراع الدور وعلاقته بالشعور بالكفاءة المهنية لدى المرأة العاملة في اليمن.

استهدفت الدراسة التعرف على صراع الدور لدى المرأة اليمنية العاملة وعلاقته بالشعور بالكفاءة المهنية لدى المرأة العاملة في اليمن.

شملت العينة (١٥) من النساء العاملات المتزوجات، وقد استعملت الباحث الإختبار التائي لعينتين مستقلتين، ومعامل ارتباط بيرسون، ومعامل الفاكرونباخ، والإختبار التائي لعينة واحدة وتحليل الانحدار المتعدد التدريجي، وقد أظهرت النتائج عدم وجود صراع الدور لدى المرأة العاملة وأن المتغيرات الأكثر إسهاماً في التنبؤ بصراع الدور لدى المرأة اليمنية العاملة (عدد ساعات العمل، العمر وعدد سنوات الزواج في التأثير) (جعفر، ٢٠٠٢، ١٩).

المحور الثاني *دراسة شبيب ٢٠٠٠:

علاقة توجهات المعلمين نحو دعم التحكم مقابل الاستقلال الذاتي كما يدركها الطلاب من

الجنسين بالتنظيم الذاتي لديهم.

استهدفت الدراسة التعرف على علاقة توجهات المعلمين نحو دعم التحكم مقابل الاستقلال الذاتي كما يدركها الطلاب من الجنسين بالتنظيم الذاتي لديهم.

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

الفصل الثالث

إجراءات البحث:

يتضمن هذا الفصل عرضاً لأهم الإجراءات المتبعة في تحقيق أهداف هذا البحث بدءاً من تحديد مجتمع البحث وعينته وطريقة اختيارها وتحديد أدواته وإجراءات لقياس فضلاً عن أهم الوسائل الإحصائية المستعملة فيه .

أولاً :- مجتمع البحث :

يتكون مجتمع البحث الحالي من مُرّسات معاهد الفنون الجميلة في محافظة بغداد ، للعام الدراسي (٢٠١١ / ٢٠١٢) إذ بلغ عددهن (١٥٠) مُدرّسة ، موزعات على المديرية العامة لاعداد المعلمين والجدول (١) يوضح ذلك :

الجدول (١)

مجتمع البحث موزع بحسب محافظة بغداد للعام الدراسي ٢٠١٢.٢٠١١

النسبة المئوية	عدد المُدرّسات	المعاهد
٥٠%	٧٥	معهد الفنون الجميلة للبنات
٥٠%	٧٥	معهد الفنون الجميلة للبنين
١٠٠%	١٥٠	المجموع

ثانياً :- عينة البحث :

اختار الباحث عينة عشوائية قوامها (١٠٠) مُدرّسة ، وكما موضح في الجدول (٢)

الجدول (٢)

عينة البحث موزعة على محافظة بغداد

عدد المُدرّسات عينة البحث	المعاهد
٧٥	معهد الفنون الجميلة للبنات
٢٥	معهد الفنون الجميلة للبنين
١٠٠	المجموع

ثالثاً: أدوات البحث :

يتطلب تحقيق أهداف البحث الحالي توفير مقياسين لقياس صراع الدور والآخر لقياس التحكم الذاتي لدى مُدرّسات معاهد الفنون الجميلة . وقد اطلع الباحث على العديد من الدراسات والبحوث ذات العلاقة بموضوع البحث الحالي ، فضلاً عن أدبياته ، وفي ضوء ذلك تبنى الباحث أداتين ، الأولى لقياس صراع الدور والثانية لقياس التحكم الذاتي ، وعلى النحو الآتي :

أولاً : مقياس صراع الدور :

وقع اختيار الباحث على مقياس (خضر ، ٢٠٠٩) لقياس صراع الدور ، ويتضمن مقياس (٣٥) فقرة موزعة على مجالات ، ووضع امام كل فقرة خمسة بدائل هي (تنطبق عليّ بدرجة كبيرة جداً) و (تنطبق عليّ بدرجة كبيرة) و (تنطبق عليّ بدرجة متوسطة) ، و (تنطبق عليّ بدرجة قليلة) ، و (لا تنطبق عليّ اطلاقاً) ويطلب من المفحوص اختيار احد هذه البدائل ، ويقابلها سلم درجات هو (١. ٢. ٣. ٤. ٥) على التوالي ، فتكون أعلى درجة تحصل عليها المدرسة (١٧٥) وأقل درجة (٣٥) ولأجل ان يكون المقياس مناسباً لتطبيقه على عينة البحث وتعرف ما اذا كان بحاجة الى إجراء بعض التعديلات عليه استخرج الباحث خصائصه القياسية (السيكومترية) وعلى النحو الآتي :

*الصدق الظاهري لفقرات المقياس :

عرض مقياس صراع الدور على مجموعة من الخبراء المحكمين ذوي اختصاصات تربوية ونفسية^١ ، وطلب منهم ان يبدوا ملاحظاتهم عن هذا المقياس وملائمته للتطبيق على افراد عينة البحث الحالي ومدى السلامة اللغوية ، فضلاً عن ابداء أي ملاحظات أخرى أن وجدت . وقد حدد الباحث نسبة (٨٠%) حداً أدنى فأكثر للاتفاق بين الخبراء على قبول الفقرات ، وقد اقترح الخبراء عدداً من التعديلات اليسيرة على بعض المواقف .

^١ ملحق رقم ٣

*التطبيق الاستطلاعي لمقياس صراع الدور:

لقد سعى الباحث الى إجراء التطبيق الاستطلاعي من اجل تعرّف مدى وضوح فقرات المقياس ومدى استيعاب المُدرّسات لفقراته ، ولحساب متوسط الوقت المستغرق في الإجابة عنه . ولتحقيق هذا الهدف طبق الباحث المقياس على عينة عشوائية من مجتمع البحث هي العينة نفسها التي طبق عليها مقياس التحكم الذاتي بلغت (٢٠) مُدرّسة ، وقد أظهرت نتائج التطبيق وضوح تعليمات المقياس وفقراته ، وبلغ متوسط الوقت المستغرق للإجابة (١٥) دقيقة .

*الثبات Reliability :-

الثبات يعني أن الاختبار أو المقياس يعطي النتائج نفسها تقريباً في كل مرة يطبق فيها على المجموعة اياها من الطلاب (ابولبدة ، ١٩٨٧ : ٤٤٢) . فالثبات من مواصفات المقياس الجيد الذي يعطي نتائجاً متقاربة أو النتائج نفسها إذا ما طبق أكثر من مرة في ظروف مماثلة (ابو جلال ، ١٩٩٩ : ١٠٨) .

ويعد حساب الثبات امر ضرورياً ، اذ يشير الى الدقة والاتساق في درجات المقياس التي يفترض أن تقيس ما يجب قياسه أي يعطي المقياس النتائج نفسها تقريباً اذا اعيد تطبيقه على المجموعة نفسها من الافراد (الربيعي، ٢٠٠٠ : ٤٤)، وتم حساب معامل الثبات (Reliability Coefficient) للمقياس الحالي باستعمال طريقة إعادة الاختبار (Test – Retest Method) من خلال إعادة تطبيق المقياس على عينة الأفراد نفسها ، وتكشف هذه الطريقة عن مدى استقرار النتائج عندما يطبق الاختبار على مجموعة معينة أكثر من مرة عبر فاصل زمني (داود وحنا ، ١٩٩٠ : ١٢٢) ولاستخراج الثبات بهذه الطريقة ، طبق المقياس على عينة مكونة من (٥٠) مدرسة في معاهد اعداد المعلمات ، اختيروا عشوائياً ، وأعيد تطبيقه على عينة الثبات المذكورة سابقاً بعد فاصل زمني مقداره (١٤) يوماً لاستخراج معامل الثبات بطريقة الاعادة الذي يمثل معامل الاستقرار لنتائج المقياس خلال مدة التطبيق الاول والثاني له ، اذ يرى (Adams) ان اعادة تطبيق المقياس للتعرف ثباته لا تتجاوز اسبوعين من التطبيق الاول (Adams , 1964 :58) وقد بلغ معامل الثبات على وفق طريقة اعادة الاختبار (٠.٧٩) ويعد معامل الثبات عالياً .

ثانياً :- مقياس التحكم الذاتي (self- control) :

بعد الاطلاع على الأدبيات والمقاييس ذات العلاقة ، وقع اختيار الباحث على مقياس (خضر ، ٢٠٠٩) لقياس التحكم الذاتي للمبررات الآتية :
١- صلاحيته وملائمته لعينة البحث الحالي (مُدرّسات معاهد الفنون الجميلة) .

٢- شمولية وحدانية المقياس.

يتألف مقياس من (٣٠) فقرة موزعة على خمسة مجالات ، وهي (مراقبة الذات ، والتقويم الذاتي ، والتدعيم الذاتي ، وتأجيل الإشباع ، والتخطيط البيئي) ، ويجب المفحوص عن المقياس على وفق بديلين هما (أ- تقيس التحكم الذاتي) و(ب- لا تقيس التحكم الذاتي) يقابلها سلم درجات تتراوح من (١ ، صفر) موزعة على الفقرات .

أعلى درجة يحصل عليها المستجيب (٣٠) درجة وأقل درجة يحصل عليها المستجيب (صفر) ، ولأجل ان يكون المقياس مناسباً لتطبيقه على عينة البحث ، وتعرف ما إذا كان بحاجة الى إجراء بعض التعديلات عليه استخرجت الباحث خصائصه القياسية (السيكومترية) وعلى النحو الآتي :

١. الصدق الظاهري لفقرات المقياس :

عرض مقياس التحكم الذاتي على مجموعة من الخبراء ذوي الاختصاصات التربوية والنفسية ، وطلب منهم ابداء ملاحظاتهم عن هذا المقياس وملائمته للتطبيق على افراد عينة البحث الحالي ، فضلاً عن ابداء اية ملاحظات اخرى ان وجدت ، وقد حدد الباحث نسبة (٨٠%) حداً أدنى فأكثر للاتفاق بين الخبراء على قبول الفقرات ، وقد اقترح الخبراء بعض التعديلات اليسيرة على بعض المواقف وحذفت ثمان فقرات ، وبذلك أصبح عدد الفقرات (٣٠) فقرة.

ثبات المقياس (SCALE Reliability) :

يعد الثبات من شروط المقياس الجيد (الامام ، ١٩٩٠ : ١٤٣) على الرغم من أن كل مقياس صادق ثابت ، الا أن الصدق صفة نسبية وليست مطلقة فلا يوجد مقياس عديم الصدق او تام (ابو لبة ، ١٩٨٧ : ٢٤٤) ، لذلك يعد حساب الثبات امراً ضرورياً ويشير الثبات الى الدقة والاتساق في درجات المقياس التي يفترض أن تقيس ما يجب قياسه (الربيعي ، ٢٠٠٠ : ٤٤) ، أي يعطي المقياس النتائج نفسها تقريباً ، إذا أعيد تطبيقه على المجموعة نفسها من الافراد ، أو يعطي النتائج نفسها على اختبار آخر مواز (الصمادي والربيع ، ٢٠٠٤ : ١٨٨) ، لاستخراج ثبات مقياس التحكم الذاتي استعمل الباحث طريقة (الفاكرونباخ) للاتساق الداخلي ، وتعتمد هذه الطريقة على الاتساق في أداء الأفراد من فقرة الى أخرى وتستند الى الانحراف المعياري للاختبار والانحرافات المعيارية لفقرات الفرد (ثورندايك وهيجن ، ١٩٨٩ : ٧٩) ، ولتحقيق ذلك اختيرت عينة عشوائية مؤلفة من (٥٠) مُدرسة من معاهد الفنون الجميلة في مدينة بغداد ، اذ بلغ معامل ثبات المقياس (٠.٨٧) وهو معامل ثبات جيد.

الوسائل الاحصائية

تحقيقاً لاهداف البحث الحالي استخدم الباحث الوسائل الاحصائية باستعمال برنامج (SPSS)

١- الاختبار التائي (T-test) لعينة واحدة لقياس ((صراع الدور و التحكم الذاتي)) لدى عينة البحث.

٢- معامل ارتباط بيرسون (Pearson)

أ- ثبات مقياس التحكم الذاتي و ثبات مقياس صرع الدور.

ب- ايجاد العلاقة بين التحكم الذاتي و صراع الدور.

الفصل الرابع

عرض النتائج تفسيرها ومناقشتها

أولاً : عرض النتائج :

الهدف الأول :

تحقيقاً للهدف الأول من أهداف البحث الحالي الذي يرمي (تعرف قياس صراع الدور لدى مُدرّسات معاهد الفنون الجميلة) طبق الباحث مقياس صراع الدور على عينة البحث المكونة من (١٠٠) مدرسة ، إذ بلغ متوسط درجات العينة في المقياس (٩٣.١٨) درجة بانحراف معياري قدره (٥.٩٥) ، وعند حساب دلالة الفرق بين متوسط درجات العينة على مقياس صراع الدور والمتوسط النظري للمقياس البالغ (١٠٥) درجة وذلك باستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة ، وجد أن الفرق بين المتوسطين ذات دلالة إحصائية ولصالح المتوسط النظري للمقياس ، إذ كانت القيمة التائية المحسوبة (٩.٣٦) أعلى من القيمة الجدولية (١.٩٨) وبدلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) وبدرجة حرية (٩٩) . مما يدل على أن الفرق بين المتوسط المتحقق والمتوسط النظري للمقياس فرق حقيقي ولم يأت مصادفةً ، والجدول (٣) يوضح ذلك .

الجدول (٣)

نتائج الاختبار التائي لتطبيق مقياس صراع الدور على عينة البحث

المتغيرات	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة ٠.٠٥
مقياس صراع الدور	١٠٠	٩٣.١٨	٥.٩٥	٩.٣٦	١.٩٨	دالة

الهدف الثاني :

(قياس التحكم الذاتي لدى مُدرّسات معهد الفنون الجميلة)
تحقيقاً للهدف الثاني من أهداف البحث الحالي طبق الباحث مقياس التحكم الذاتي على عينة البحث والبالغة (١٠٠) مدرسة ، إذ بلغ متوسط درجات العينة (١٨.٣٣) درجة بانحراف معياري قدره (٢.٣٥٩) درجة ، وعند حساب الفرق بين متوسط درجات العينة على مقياس التحكم الذاتي والمتوسط النظري للمقياس البالغ (١٥) درجة ، وذلك باستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة . وجدت الباحث ان الفرق بين المتوسطين ذا دلالة احصائية ، اذ كانت القيمة التائية المحسوبة (٨.١٨٢) ، وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية (١.٩٨) ، عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وبدرجة حرية (٩٩) ، مما يدل على وجود فرق ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات المُدرّسات في التحكم الذاتي والمتوسط النظري للمقياس ولصالح متوسط العينة ، مما يدل على تمتع مُدرّسات معاهد الفنون الجميلة بمستوى جيد من التحكم الذاتي والجدول (٤) يوضح ذلك

الجدول (٤)**نتائج الاختبار التائي لتطبيق مقياس التحكم الذاتي على عينة البحث**

المتغيرات	عدد العينة	الوسط الفرضي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة ٠.٠٥
مقياس التحكم الذاتي	١٠٠	١٥	١٨.٣٣	٢.٣٥٩	٨.١٨٢	١.٩٨	دالة

الهدف الثالث:

معرفة العلاقة الارتباطية بين صراع الدور و التحكم الذاتي لدى مُدرّسات معهد الفنون الجميلة ، ولتحقيق هذا الهدف قام الباحث باستخراج العلاقة الارتباطية بين صراع الدور و التحكم الذاتي لدى مُدرّسات معهد الفنون الجميلة باستعمال معامل ارتباط بيرسون ، اذ تبين هناك علاقة ارتباطية دالة سالبة وكما مبين في جدول (٥) .

جدول (٥)

مستوى الدلالة	القيمة التائية		قيمة معامل ارتباط
	الجدولية	المحسوبة	
٠.٠٥	١.٩٨	١٢.٣٦	- ٠.٧٨

ثانياً : تفسير ومناقشة النتائج :

أظهرت نتائج البحث ان قياس صراع الدور لدى مُدرّسات معاهد الفنون الجميلة كان منخفضاً ، ويمكن تفسير هذه النتيجة ان المرأة المُدرّسة تمتلك المقدرة على المشاركة في الجوانب الايجابية في الحياة ، ولها القدرة على مواجهة المشكلات وإيجاد الحلول دون أن تجعل هذه المشكلات أسلوب حياة ، وتبذل ما باستطاعتها من مجهود لتغيير وضعها وإيجاد الحلول ، كما أنها تدرك قيمتها باعتبارها مركز الحركة في الأسرة والبيئة المدرسية . يشير أن المُدرّسات في معاهد يتمتعن بدرجة مرتفعة من التحكم الذاتي . ويعزو الباحث نتيجة ارتفاع درجة التحكم الذاتي الى قدراتهن على مواجهة الكثير من المشكلات النفسية والاجتماعية ، وبالنتيجة أدى فهم حاجات المُدرّسات واحترام كياناتهن وشخصياتهن المستقلة الى أن مساعدهن على تشبعهن بالمعايير والقيم الاجتماعية بصورة سليمة وراسخة ، ومن ثم يصبح الضمير والسيطرة على الذات في الكثير من المواقف حاجزاً واقعياً من مخاطر تلك المشكلات وقادراً على تحمل المسؤولية ومقاومة الإغراءات من اجل أهداف مستقبلية سامية .

أي أن نتائج البحث كانت عكسية أي كلما أرتفع التحكم الذاتي قل الصراع لدى مُدرّسات معاهد الفنون الجميلة ، ويعزو الباحث ذلك الى ان المُدرّسة أصبحت أكثر قدرة على التوافق الأسري والاجتماعي ، وأكثر قدرة على التحكم الذاتي ومواجهة صعوبات الحياة ، إذ تم تعديل السلوكيات الأسرية والاجتماعية غير المرغوبة واكتسابهن سلوكيات ايجابية ومهارات اجتماعية بما يعزز ثقتهن بأنفسهن ، ويفهمن دورهن ودور الآخرين ، وهذا ما يجعلهن بعيدات عن الاضطراب النفسي وأكثر اتزاناً ومقدرة على التفكير السليم .

أولاً : الاستنتاجات:

في ضوء نتائج البحث التي توصل إليها الباحث يمكن استنتاج ما يأتي :

- ١ - انخفاض صراع الدور لدى مُدرّسات معاهد الفنون الجميلة .
- ٢ - تتمتع مُدرّسات معاهد الفنون الجميلة بدرجة مرتفعة من التحكم الذاتي .
- ٣ - وجود علاقة عكسية بين صراع الدور والتحكم الذاتي لدى مُدرّسات معاهد .

ثانياً: التوصيات:

في ضوء نتائج البحث يوصي الباحث بما يأتي:-

- ١- تفعيل دور المراكز والوحدات الإرشادية في وزارة التربية، ووزارة العمل والشؤون الاجتماعية ووزارة العدل ، ووزارة حقوق الإنسان ، ووزارة المرأة ، ومؤسسات المجتمع المدني
- ٢- الاهتمام بما ينمي ويساعد على رفع مستويات التحكم الذاتي لدى مُدرّسات معاهد الفنون الجميلة
- ٣- إنشاء مراكز للتوجيه والإرشاد الأسري وتفعيل دورها في المجتمع المدني والإفادة من مقاييس صراع الدور والتحكم الذاتي كوسيلة للكشف عن صراع الدور التحكم الذاتي لدى الأمهات المتعلمات وغير المتعلمات .
- ٤- تكثيف البرامج الإعلامية الموجهة للأسرة التي تبحث في العلاقات الأسرية والزوجية لإرشاد الجمهور إلى أساليب الحياة وفتياتها .

ثالثاً: المقترحات:

١. إجراء دراسة لقياس صراع الدور وعلاقته بالتحكم الذاتي وعلاقته بمتغيرات أخرى كالتطور العقلي والانفعالي ... الخ .
٢. إجراء دراسة لقياس صراع الدور وعلاقته بالتحكم الذاتي لدى شرائح عمرية مختلفة من كلا الجنسين بمراحل مختلفة ، الابتدائية ، المتوسطة ، الإعدادية .
٣. إجراء دراسة لقياس صراع الدور وعلاقته بالتحكم الذاتي وعلاقته بمتغيرات نفسية أخرى مثل (مفهوم الذات ، التوافق الزوجي ، اتجاهات الأزواج والأبناء ، التنشئة الاجتماعية) .
٤. إجراء دراسة تتناول صراع الدور وعلاقته بالتحكم الذاتي وعلاقته بمتغيرات أخرى مثل (نوع العمل ، الدرجة الوظيفية ، السن ، التخصص العلمي ... الخ) .
٥. إجراء دراسة صراع الدور وعلاقته بالتحكم الذاتي لدى طلبة الجامعة.

المصادر العربية:-

- القرآن الكريم

١. إبراهيم، عبد الستار: (١٩٩٣)، العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث. القاهرة.
٢. أبو جلال، صبحي، حمدان، ١٩٩٩، اتجاهات معاصرة في التقويم التربوي وبناء الاختبارات وبنود الأسئلة.
٣. أبو لبدة، سبع محمد، ١٩٨٧، مبادئ القياس النفسي والتقويم التربوي، ط٤، جمعية عمال المطابع التعاونية، عمان.
٤. الخولي، هند محمود، (٢٠٠١) عمل المرأة- ضوابطه- أحكامه- ثمراته- دراسة فقهية مقارنة ط١. دمشق: دار الفارابي للمعارف
٥. الخطيب، جمال: (١٩٩٥)، تعديل السلوك الإنساني، (ط٣)، الإمارات، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع
٦. الرفاعي، نعيم: (١٩٨٧): الصحة النفسية ودراسة في سايكولوجيا التكيف ط٧، دمشق.
٧. الربيعي، فاضل جبار عودة، (٢٠٠٠)، الضغوط النفسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى طلبة الدراسات العليا، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية، ابن الهيثم/جامعة بغداد،
٨. المرسي، جمال الدين محمد، وإدريس ثابت عبد الرحمن: (٢٠٠٠). السلوك التنظيمي، مصر، الدار الجامعية للطباعة والنشر.
٩. المسيري، نوال علي خليل (١٩٨٩) المرأة والتغير الاجتماعي، بحث مقدم الى ندوة حول المرأة في المجتمع العربي، كلية الآداب والتربية، جامعة قاريونس، بنغازي.
١٠. المحنة، فلاح كاظم، (٢٠٠٢)، العولمة والجدل الدائر حولها، الوراق للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
١١. المشهداني، هناء محمود والفلاحي، حسن حمود (٢٠٠١) اتجاهات الموظفين نحو عمل المرأة في ظروف الحصار الشامل، مركز البحوث التربوية والنفسية، جامعة بغداد.
١٢. الشماع، نعيمة: (١٩٧٧) الشخصية، النظرية، التقييم- مناهج البحث، القاهرة، المطبعة العربية الحديثة.
١٣. الشناوي، محمد محروس: (١٩٩٦): العملية الإرشادية والعلاجية القاهرة، دار غريب للطباعة والنشر.
١٤. القريوتي، محمد قاسم، (٢٠٠٣)، السلوك التنظيمي، دراسة سلوك الإنسان الفردي والجماعي في المنظمة المختلفة، ط٤، الأردن، دار المشرق للدعاية والإعلان والتسويق.
١٥. الكنان، سعد عزيز (١٩٩٤). الخوف من النجاح وعلاقته بالذكورة والانوثة لدى طلبة الجامعة، رسالة ماجستير (غير منشورة) بغداد.
١٦. الزراد، فيصل محمد خير (٢٠٠٠) الأمراض النفسية- جسدية أمراض العصر، ط١، بيروت، دار النفائس للطباعة والنشر والتوزيع.
١٧. ثورندايك وهيجن، اليزابيث، (١٩٨٩)، القياس والتقويم في علم النفس والتربية، ترجمة: عبد الله زيد الكيلاني، مركز المكتب الأردني، عمان، ط٤.
١٨. جعفر، فاكهة، (٢٠٠٢)، صراع الدور وعلاقته بالكفاءة المهنية لدى المرأة اليمنية العاملة في اليمن، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية الآداب، جامعة بغداد.
١٩. جلال، سعد (١٩٩٤) علم النفس الاجتماعي ط٢. الإسكندرية: منشأة المعارف.
٢٠. حبيب، مجدي عبد الكريم: (١٩٩٧): التحكم الذاتي والسمات الابتكارية المصاحبة للتفكير المتعدد الأبعاد لدى طلاب المرحلة الجامعية: مجلة علم النفس، ع٤١، ٥٠-٧٨.

٢١. حمدي، نزيه: (١٩٩٢)، فاعلية الضبط الذاتي في خفض سلوك التدخين. الجامعة الأردنية، دراسات، م ١٩. (أ) ن ٧٤-٣٤.
٢٢. حمدي، نزيه، وداود، شيمة: (٢٠٠٠)، علاقة الفاعلية الذاتية المدركة بالاكنتاب والتوتر لدى طلبة كلية العلوم في الجامعة الأردنية. دراسات، م ٢٧، (أ)، ١٤.
٢٣. دبابنه، ميشيل ومحفوظ، نبيل (١٩٤) سيكولوجية الطفولة عمان: دار المستقبل للنشر والتوزيع.
٢٤. ربيع، محمد شحاتة: (١٩٨٦) تاريخ علم النفس ومدارسه. القاهرة/ دار الصحوة للنشر والتوزيع.
٢٥. شبيب احمد، شبيب محمود، ٢٠٠٠، علاقة توجهات المعلمين نحو دعم التحكم مقابل الاستقلال الذاتي كما يدركها الطلاب من الجنسين بالتنظيم الذاتي، مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، (٩٠)، ٢٢١-٢٦٩.
٢٦. صالح، قاسم حسين، (١٩٨٨) ، الشخصية بين التنضير والقياس ، بغداد ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي .
٢٧. صالح، سيروان عبد الله: (٢٠٠٠) اثر برنامج جمعي في تعديل السلوك لخفض بعض أشكال الوسواس القهري. رسالة ماجستير (غير منشورة)، جامعة بغداد/ كلية التربية ابن رشد.
٢٨. عبد الرحمن، ١٩٩٣، القياس النفسي، الكويت، مكتبة الفلاح.
٢٩. عمارة، بثينة حسين، (٢٠٠٠)، العولمة وتحديات العصر وانعكاساتها على المجتمع المصري، دار الملايين، القاهرة، ط١.
٣٠. كمال، علي: (١٩٨٢): النفس انفعالاتها، وأمراضها، وعلاجها، ط٤، بغداد/ دار واسط للنشر والتوزيع.
٣١. محمد، عادل عبد الله (٢٠٠٠). دراسات في الصحة النفسية الهوية، الاغتراب، الاضطرابات النفسية، ط١، القاهرة، دار الرشاد.
٣٢. مرعي، توفيق وبلقيس، احمد (١٩٨٤) الميسر في علم النفس الاجتماعي عمان: دار الفرقان.
٣٣. مليكة، لويس كامل (١٩٧٠) سايكولوجية الجماعات والقيادة القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.
٣٤. منصور، طلعت (١٩٨٢) الشخصية السوية، عالم الفكر، المجلد الثالث، الكويت، العدد الثاني.
٣٥. نعامة، سليم (١٩٨٤): سيكولوجية المرأة العاملة. ط١. بيروت: م- اضواء عربية للطباعة والنشر.
٣٦. هرمز، صباح حنا وإبراهيم، يوسف حنا (١٩٨٨) علم النفس التكويني الطفولة والمراهقة، الموصل: مديرية دار الكتب للطباعة والنشر.
٣٧. هول، كالفن، ولندزي (جاردنر): (١٩٧٨)، نظريات الشخصية، (ترجمة: فرج احمد فرج، وقدري محمود حنفي) ط٢، القاهرة، دار الشايع للنشر.
٣٨. وزارة التربية، (١٩٧٧) : نظام معاهد إعداد المعلمين والمعلمات ، المرقم (١١) .
٣٩. يونس، انتصار (١٩٧٤). السلوك الإنساني. مصر: دار المعارف.

المصادر الأجنبية :

40. Bromberger, A.(1994) "Employment status and depressive symptoms in middle
"Journal of Public Health, Vol.84, No.2,
41. Coastes, T.J. &Thoreson, C.E (1977). How to sleep better N.J Englewood cliffs:
prentice- Hall.
42. Festinger, L.(1962) A Theory of cognitive Dissonance: California. Stanford University
press.
43. Hall, D.T. (1972). A Model of coping with Role conflict, The Role Behavior of
college- educated women. Administrative science Quarterly. Vol:17,No:1.
44. Hoffman, L.W(1974). Fear of success in Males and Females, Journal of consulting and
clinical psychology. Vol:42, No:3.
45. Hong, J. (2005). Conflict Management in an Age of Globalization: A Comparison of
Intercultural Strategies between Koreans and Americans Global media Journal, Vol.94,
Issue 6.
46. Karoly p.& Kanfer. F.H (1982). "Self- management and behavior change" New York.
Parragman- press.
47. Libert. R.M& spigler. M.D. (1970). Personality: An Antroduction to theory and
Research- New York, Wiley.
48. Mahoen M.J & Thoreson. C.C (1974) Self- control behavior New York Holt- Rinhart.
49. Merriam webster's (1999) collegiate Dictionary. Spring field, Miller, D.T., &Karniol,
R.(1976 a.). The role of rewards in externally and self-imposed delay of gratification.
Journal of personality and social Psychology, Vol.(33), No.(5), 594-600.
50. Merton, R(1957) Social theory and social structure. New York the free press
51. Shaftel , F& Shaftel, G(1967). Role -playing for social values: decision- Making in The
social studies: New Jersey prentice Hall.
52. Shaw, M. E& constanzo, (1982) Theories of social Psychology, New York, Mc Graw-
Hill.

الملحق (١)

مقياس التحكم الذاتي بصيغة النهائية

عزيزتي المُدرّسة.....تحية طيبة:
يرمي هذا المقياس إلى معرفة بعض آرائك ومشاعرك الشخصية من خلال إجابتك على فقراته بدقة وعناية وتحديد الإجابة التي تتفق مع سلوكك أو شعورك بوجه عام... حيث وضع الباحث بين يديك مجموعة من الفقرات تعبر عن مواقف لفظية كل منها يمثل موقفاً لفظياً مع بديلين للإجابة أحدهما يمثل التحكم الذاتي والآخر لا يمثل التحكم الذاتي تم وضعها من قبل الباحث يرجو الإجابة عليها بوضع علامة (ع) أمام البديل المناسب، علماً بأنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة وأن إجابتك لصالح البحث العلمي مع الاحترام والتقدير.

قياس التحكم الذاتي بصيغته النهائية

أ	تقيس المتحكم ذات
ب	تقيس الشخص غير المتحكم ذات
١	حينما تواجهني مشكلة صعبة فأنتني: أدرسها بجوانبها المختلفة.
أ	أتركها للوقت وهو كفيل بحلها
٢	حينما أفشل في معالجة قضية معينة فأنتني: لا ارتبك وأحاول الاستفادة من فشلي.
أ	أفكر به وتسيطر عليّ مشاعر الخيبة
٣	حينما أشعر بأنني شديد الاندفاع في قضية ما فأنتني: أهمس لنفسي قائلاً أفكر بنتائج العمل الذي أقوم به.
أ	استمر باندفاعي وأتوقف بعد ملاحظة نتائج الاندفاع
٤	في حالة غضبي بشدة من شخص ما فأنتني: أتناول الأمور بحذر وعناية فائقين.
أ	يفلت مني زمام الأمور وافقد صوابي.
٥	حينما أقوم بأعمالي اليومية فأنتني: على وعي تام لما أقوم به كل يوم.
أ	لا أركز على ما أقوم به من أعمال.
٦	حينما يكون لدي هدف محدد أريد الوصول إليه فأنتني: أضع خطة لتنفيذ الهدف والتزم بها.
أ	أعمل حسب الظروف.
٧	حينما تواجهني بعض المشكلات فأنتني: أتعامل معها في وقت واحد.
أ	تصيبني الحيرة والارتباك.

٨	إذا أردت التخلص من عادة رديئة لديّ فأنتني: أستطيع التخلص منها بمفردي. احتاج إلى مساعدة الآخرين ونصائحهم.
أ	
ب	
٩	حينما أرتكب أخطاء فأنتني: أفكر باستمرار حتى تكون لي درسا. أتجنب التفكير بها ونسيانها.
أ	
ب	
١٠	حينما أحس بالتوتر والعصبية فأنتني: اتغلب عليها لوحدي تدريجياً. ألجأ إلى مساعدة الآخرين.
أ	
ب	
١١	حينما أريد التحدث مع الآخرين حول موضوعات مهمة فأنتني: أتحدث بها تلقائياً. لا أستطيع التحدث بدون ورقة.
أ	
ب	
١٢	إذا توفرت لدي فرصة عمل في مجال آخر فأنتني: لا أقبل لأن طموحي أكبر في مجال تخصصي. أوافق بدون تردد لأن الحياة فرص.
أ	
ب	
١٣	حينما أتشاجر مع أحد فأنتني: أعالج الموضوع بعقلانية. أواجه الآخرين مهما كانت النتائج.
أ	
ب	
١٤	حينما تغضب المديرية لسبب ما فأنتني: أكون هادئة في استجاباتي للموقف. رد فعلي يكون سريعاً.
أ	
ب	
١٥	غالباً ما أشعر أنني قادر على: أضبط تعبيراتي عن انفعالاتي ومشاعري السلبية. أعبر عن انفعالاتي ومشاعري السلبية بحرية.
أ	
ب	
١٦	حينما تعجبني بعض الأشياء ولا أملك ثمنها في الوقت الحاضر: أستطيع تأجيل شرائها لوقت آخر. أقوم بشرائها حتى لو اقتضت ثمنها
أ	
ب	
١٧	حينما أكون بصدد القيام بعمل ما فأنتني: أحاول تأديته والتغلب على ما يضايقني. أحاول ترك العمل للتخلص من القلق.
أ	
ب	
١٨	إذا وجدت صعوبة في التركيز في عمل فأنتني: أقوم بتقسيمه إلى أجزاء أصغر وأنجزه واحد بعد الآخر. أحاول ترك العمل وأجد بديلاً.
أ	
ب	
١٩	حينما يكون مزاجي غير معتدلاً فأنتني: أحاول التفكير بكل ما يدعو للسور. تتغلب عليّ الأفكار التي عكرت مزاجي.
أ	
ب	
٢٠	حينما أقوم بعمل من الأعمال فأنتني: أنجزها بكفاءة. لا تهمني كفاءة الإنجاز.
أ	
ب	

٢١	حينما أبذل مجهوداً في عمل ما فأن: تركيزي يكون على نتائج كل خطوة. تركيزي يكون على الهدف النهائي فقط	أ ب
٢٢	لكي أشعر بالرضا عن نفسي: أعمل وفقاً لقناعاتي الشخصية وإن كانت مخالفة للجميع. أحرص على أن أكون أكثر التزاماً بالسلوك الاجتماعي المطلوب.	أ ب
٢٣	إذا سنحت لي مكافأة في الوقت الحاضر احتمال حصولي على مكافأة أكبر مستقبلاً فأنني: استغل هذه الفرصة للحصول على المكافأة الحالية. استغل هذه الفرصة للحصول على المكافأة الحالية.	أ ب
٢٤	حينما يكون لدي بعض الأعمال عليّ أن أؤديها فأنني: أحب القيام ببعض الترفيه وتأجيل هذه الأعمال لكي أؤديها بشكل أفضل. أقوم بتأجيل أي نوع من أنواع الترفيه أو الدعوات الاجتماعية.	أ ب
٢٥	عند شعوري بالحاجة لاتخاذ قرار ما فأنني: أدرس كل الاحتمالات الممكنة. أخذ أول قرار يخطر ببالي.	أ ب
٢٦	حينما استعمل مع زملائي أسلوب في الكلام فأنني: أحاول أن يكون ملائماً ومقبولاً. لا أفكر بأسلوب معين.	أ ب
٢٧	إذا تحدثت إحدى زميلاتي بطرفة فأنني: أضحك بمستوى صوت مقبول. أضحك بصوت عالي.	أ ب
٢٨	حينما أكون جائعة أثناء الدوام فأنني: أتناول الطعام في فترة الاستراحة. أتناول طعامي حتى لو تأخرت عن الدرس قليلاً.	أ ب
٢٩	حينما أحوض بحديث عن موضوع معين مع الآخرين فأنني: أقوم مدى تقبل الآخرين في حديثي. مقتنع دائماً بصحة ما أتحدث به مع الآخرين.	أ ب
٣٠	حينما أشعر بعدم الرغبة في عمل شيء فأنني: أقضي بعض الوقت بممارسة هواية مفضلة. ينتابني شعور بالملل.	أ ب

ملحق (٢)

مقياس صراع الدور بصيغة النهائية

عزيمتي المُدرسة.....تحية طيبة:

يرمي هذا المقياس إلى معرفة بعض آرائك ومشاعرك الشخصية من خلال إجابتك على فقراته بدقة وعناية وتحديد الإجابة التي تتفق مع سلوكك أو شعورك بوجه عام... حيث وضع الباحث بين يديك مجموعة من الفقرات ترجو الإجابة عليها بوضع علامة (√) أمام البديل المناسب، علماً بأنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة وأن إجابتك لصالح البحث العلمي.

مع التقدير

البدائل

لا تنطبق علي إطلاقاً	تنطبق علي نادراً	تنطبق علي أحياناً	تنطبق علي غالباً	تنطبق علي دائماً

ت	الفقرات	تنطبق علي دائماً	تنطبق علي غالباً	تنطبق علي أحياناً	تنطبق علي نادراً	لا تنطبق إطلاقاً
١	أشعر بالضيق لأنني لا أجد الوقت الكافي للاهتمام بمظهري وزينتي أثناء وجودي في البيت.					
٢	قلقي الشديد يحول دون التركيز في عملي.					
٣	تعدد مسؤولياتي يعيقني من تطور إمكانياتي.					
٤	عدم مشاركتي في الأنشطة اللاصفية لضيق الوقت يشعرني بالانزعاج.					
٥	أشعر بأن ظروف عملي تؤثر على حياتي العائلية.					
٦	تؤثر ضغوط العمل على حياتي الخاصة.					
٧	أتألم من عدم تفهم أهلي لظروفي.					
٨	يضايقني عدم وجود الوقت الكافي للتواصل مع الأصدقاء والأقارب.					
٩	أتضايق عندما أقارن مع ربة بيت.					
١٠	أشعر أن العمل يقلل من تطوير مهارتي في الطبخ.					
١١	تجعلني ضغوط العمل أكثر عصبية في إدارة المنزل بسبب التعب وقلة أوقات الفراغ.					
١٢	معاناتي بين عملي الشاق وضغط المحافظة على وظيفتي تقوي من عزيمتي.					

				١٣	يجعلني العمل متمتعة في إدارتي للمنزل رغم كثرة التعب والإرهاق.
				١٤	أشعر بالرغبة في أن تتوازن عندي فترة العمل خارج البيت مع الأعمال المنزلية.
				١٥	أنا أقبل بالأمر الواقع لأنني قادرة على التوازن فيما أقوم به من أدوار.
				١٦	أشعر أن العمل خارج البيت يسعدني ويحقق أنوثتي.
				١٧	أتألم لا أشعر أنني ناجحة في حياتي بسبب تعدد مسؤولياتي.
				١٨	لا أجد صعوبة في التوفيق بين واجبات العمل وواجبات البيت.
				١٩	أحصل على المال جزء من فكري أنني إنسانة ناجحة مع مسؤولياتي المنزلية.
				٢٠	التعبير أحد مشاعري الإيجابية قد يجعلني محبوبة لدى الآخرين.
				٢١	أضع خططا لتنظيم حياتي وأنفذها رغم ضيق الوقت.
				٢٢	أعاني من كثرة التشكي بسبب التداخل في مسؤولياتي.
				٢٣	أشعر أنني أعلى من مستوى الآخرين الذين ليس لديهم صراع الدور.
				٢٤	كثيرا ما أعاهد نفسي على عدم تكرار موقف معين في المستقبل لكنني أجد نفسي مضطرة للقيام به
				٢٥	أشعر بالافتقار لعدم توفر الفرصة للاستجمام والاسترخاء.
				٢٦	تتعارض رغبتني في العمل مع رغبة أسرتي في البقاء في المنزل.
				٢٧	أشعر بالعجز إزاء زحمة العمل والاهتمام بصحتي.
				٢٨	يرهقني التفكير في شيء ما في نفسي ليصبح بمقدوري التعامل مع الوضع بصورة أفضل.
				٢٩	أخشى الفشل من أن يؤثر على أدائي الجيد.

					٣٠	أشعر أنني فقدت الموازنة والتوفيق بين الأدوار التي أنهض بها.
					٣١	أندم على انشغالي في العمل عندما أقصر تجاه بيتي.
					٣٢	الأعمال المنزلية تأخذ كل ما تبقى من طاقتي.
					٣٣	أقلق وألوم نفسي عندما يصدر الآخرون حكماً ضدي بسبب كثرة انشغالي بواجباتي اليومية.
					٣٤	أدرك قيمتي الشخصية عن طريق نجاحي في عملي.
					٣٥	أشعر بتقدير الآخرين لجهودي عندما تتم مكافأتي في العمل.

ملحق (٣)

اسماء الخبراء حسب اللقب العلمي و مكان العمل والتخصص الدقيق

الاختصاص	مكان العمل	اللقب العلمي واسم الخبير	ت
علم النفس التربوي	جامعة بغداد/ كلية التربية /بن الرشد	أ . د . عبدالامير عبود الشمسي	١.
قياس و تقويم	جامعة بغداد/ كلية التربية /بن الرشد	أ . د . علوم محمد علي	٢.
تربية خاصة	جامعة المستنصرية/ كلية التربية	أ . د . نادية شعبان مصطفى	٣.
قياس و تقويم	جامعة المستنصرية/ كلية التربية	أ . م . د . ازهر عبود حسن	٤.
علم النفس التربوي	جامعة بغداد/ كلية التربية /بن الهيثم	أ . م . د . اسماعيل ابراهيم علي	٥.
علم النفس الاجتماعي	جامعة بغداد/ كلية الاداب	أ . م . د . انعام لفقة	٦.
علم النفس التربوي	جامعة المستنصرية/ كلية التربية	أ . م . د . حيدر كريم سكر	٧.
علم النفس العام	جامعة بغداد/ كلية التربية /بن الهيثم	أ . م . د . فاضل زامل الجنابي	٨.
قياس و تقويم	جامعة بغداد/ كلية التربية /بن الرشد	أ . م . د . ياسين حميد عيال	٩.
نحو	جامعة المستنصرية/ كلية التربية	أ . عبد الخضر ناصر السواد	١٠.

Role conflict and its relationship to self-control
The teachers of the Institute of Fine Arts
In the city of Baghdad

Key words: (Role conflict , self-control, Fine Arts)

Email: ashour_alft56@yahoo.com

Preparation

Assistant Lecturer

Ashour Moses ulfat Zuhairi

Ministry of Education