اصالة الذات وعلاقتها بالتحكم المدرك لدى طلبة الجامعة

م.د. زهراء عامر عبد زيد

zahraa.246811@gmail.com

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي/ دائرة الدراسات والتخطيط والمتابعة

الملخص

يهدف البحث الحالي التعرف على:

١- اصالة الذات لدى طلبة الجامعة

٢- التحكم المدرك لدى طلبة الجامعة

٣- الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين الذكور والاناث في اصالة الذات

٤- الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين الذكور والاناث في التحكم المدرك

٥- العلاقة الارتباطية بين اصالة الذات والتحكم المدرك

ولتحقيق أهداف البحث الحالي قامت الباحثة ببناء مقياس اصالة الذات وتبني مقياس التحكم المدرك الذي اعدته (يونس،٢٠١٨) وتم استخراج الخصائص السايكومترية، ومن ثم تطبيق المقياسين على عينة البحث المكونة من(٤٠٠) طالب وطالبة من طلبة جامعة كربلاء/ كلية التربية للعلوم الانسانية، وتمت معالجة البيانات بالوسائل الإحصائية المناسبة وظهرت النتائج التالية:

١- وجود مستوى عال من اصالة الذات لدى طلبة الجامعة

٢- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متغير اصالة الذات باختلاف متغير الجنس

٣- وجود مستوى عال من التحكم المدرك لدى طلبة الجامعة

٤- وجود فروق ذات دلالة احصائية في متغير التحكم المدرك وفقا لمتغير الجنس ولصالح الذكور

٥- وجود علاقة ارتباطية بين متغيري البحث

وفي ضوء النتائج التي توصلت اليها الباحثة قامت بوضع مجموعة من التوصيات والمقترحات.

الكلمات المفتاحية: اصالة الذات، التحكم المدرك، طلبة الجامعة.

Self-authenticity and its relationship to perceived control among university students

Dr. Zahraa Amer Abdul Zaid

Ministry of Higher Education and Scientific Research / Department of Studies, Planning and Follow-up

Abstract

The current study aims to identify:

1. Self-authenticity among university students.
2. Perceived control among university students.
3. Statistically significant differences between male and female students in self-authenticity.
4. Statistically significant differences between male and female students in perceived control.
5. The correlational relationship between self-authenticity and perceived control.

To achieve the study objectives, the researcher developed a Self-Authenticity Scale and adopted the Perceived Control Scale prepared by Younis (2018), and extracted their psychometric properties. Then, the two scales were applied to a sample of 400 students (male and female) from the University of Karbala, College of Education for Humanities. The data were analyzed using appropriate statistical methods, and the results revealed the following:

1. University students have a high level of self-authenticity.
2. No statistically significant differences were found in self-authenticity based on gender.
3. University students have a high level of perceived control.
4. Statistically significant gender differences were found in perceived control, in favor of male students.
5. There is a correlational relationship between the two study variables.

Based on these results, the researcher proposed a set of recommendations and suggestions

Keywords: Authenticity, Perceived Control, University Students.

الفصل الاول: التعريف بالبحث

مشكلة البحث

يشهد العصر الراهن تغيرات نفسية واجتماعية متسارعة تؤثر على تكوين شخصية الشباب الجامعي، وتضعهم في مواقف تتطلب وعيا بالذات واتخاذ قرارات مستقلة تتسم بالمسؤولية. وان المرحلة الجامعية من المراحل الحرجة في حياة الفرد، حيث يواجه الطالب تحديات متعددة تتمثل في التكيف مع بيئة جديدة، واتخاذ قرارات مصيرية تتعلق بتحديد التخصص الأكاديمي، والتخطيط للمستقبل، وبناء هوية مستقلة وفي ظل هذه التحديات، يبرز دور السمات النفسية الداخلية في تمكين الفرد من التكيف وتحقيق التوازن النفسي والسلوكي(عباس، ٢٠٢٢: ٤).

ويعد مفهوم أصالة الذات من المفاهيم المهمة التي تعكس قدرة الفرد على التصرف بانسجام مع قيمه الداخلية، ووضوح رؤيته لنفسه، والتصرف بما يتوافق مع مشاعره وقيمه ومعتقداته الحقيقية بعيدا عن التزييف أو مسايرة الآخرين (Kernis & Goldman, 2006:38). فالشخص الأصيل يكون أكثر قدرة على اتخاذ قرارات نابعة من ذاته، مما يجعله أكثر ثباتاً أمام الضغوط الخارجية، والتحكم المدرك هو القدرة لادارة وتوجيه شيء متمثلاً بالظروف الخارجة عن ارادتنا وان قوة الفرد في التحكم تكون من خلال سلوكياته في المواقف المختلفة وعندما يكون هناك ضعف في قدرة الفرد على التحكم والسيطرة فأنه يؤدي الى الاحساس بالعجز وعدم الرضا (يونس،٢٠١٨: ٣)

وفي ظل التحديات النفسية والاجتماعية التي يواجهها طلبة الجامعة، برزت الحاجة إلى دراسة العلاقة بين أصالة الذات والتحكم المدرك، خاصة أن التمتع بأصالة داخلية قد يسهم في تعزيز إدراك الفرد لقدرته على التحكم في بيئته ومشكلاته. ومع ذلك، تشير الدراسات الحالية إلى نقص في البحوث التي تناولت العلاقة بين هذين المتغيرين في البيئة الجامعية العربية والمحلية، مما يبرز وجود فجوة بحثية يمكن أن تساهم هذه الدراسة في سدها، من هذا المنطلق تنبع مشكلة البحث من الحاجة إلى الإجابة عن السؤال التالي:

ما العلاقة بين أصالة الذات والتحكم المدرك لدى طلبة الجامعة؟

أهمية البحث:

تعد الصحة النفسية للفرد من الركائز الأساسية التي تقوم عليها شخصيته المتزنة، وترتبط ارتباطاً وثيقاً بسماته الشخصية الأصيلة، حيث يشعر الفرد بالتميز حينما توفر له البيئة المحيطة شعوراً بالأمان والقبول، من خلال رؤيته للآخرين على أنهم جديرون بالثقة ومحبون، وكذلك نظرته إلى ذاته باعتبارها خيرة وقيمة (العبيدي، ٢٠٢١: ٣٧٦).

وفي هذا السياق، تعد أصالة الذات مؤشراً مهماً على وعي الفرد بذاته، وثقته بقدراته وإمكاناته، وهي القدرات التي تمكّنه من تحقيق أهدافه والاندماج بفعالية في الحياة (سليم، أبو حلاوة،

٢٠١٨: ١٣٦). وتشير العديد من الدراسات النفسية إلى أن أصالة الذات لا تتوقف عند حدود الوعي بالذات والاعتزاز بها، بل تتجاوز ذلك لتسهم في بناء هوية متكاملة تمنح الفرد شعورا بالانسجام الداخلي، مما ينعكس على علاقاته الاجتماعية وطريقة تعامله مع التحديات. وفي هذا الإطار، فإن أصالة الذات تشكل دافعا قويا للفرد ليكون أكثر قدرة على اتخاذ قراراته بحرية ومسؤولية، وهو ما يتكامل مع مفهوم التحكم المدرك، الذي يعبر عن مدى إيمان الفرد بفاعليته الشخصية في التأثير على مجريات حياته وإن وجود أصالة في الذات وتحكم مدرك متزن يعد من المؤشرات النفسية المهمة التي تساهم في التوازن الانفعالي، وتعزز من مرونة الفرد في مواجهة ضغوط الحياة كما أن الأفراد الذين يتمتعون بأصالة ذاتية وتحكم مدرك مرتفع يكونون أكثر قدرة على التكيف، وأقل عرضة للاضطرابات النفسية كالقلق والاكتئاب، وأكثر ميلاً لتبني استراتيجيات فعالة في حل المشكلات (Deci & Ryan, 2000:227-268).

كما أن تحكم الفرد في سلوكه يعبر عن مدى سيطرته على إدراكه لما يقوم به من أفعال، وبالتالي فإنه يتشكل لديه تصور عن سهولة أو صعوبة السلوك الذي ينوي تنفيذه والتحكم المدرك يعد انعكاساً لثقة الفرد بقدرته على أداء السلوك بفعالية (يونس، ٢٠١٨: ٨).

وقد أكّد عدد من الباحثين على أن التحكم المدرك يعد من العوامل النفسية الجوهرية في تفسير السلوك الإنساني، إذ يشير إلى معتقدات الفرد حول مدى قدرته على التأثير في مجريات حياته والسيطرة على المواقف التي يواجهها، ويعد التحكم المدرك أحد الركائز الأساسية للصحة النفسية، كونه يمثل وعياً داخلياً يمكّن الفرد من اتخاذ قراراته بثقة ومسؤولية (Skinner, 1996: 579).

حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بطلبة جامعة كربلاء(كلية التربية للعلوم الانسانية) للدراسة الصباحية ولكلا الجنسين وللعام الدراسي ٢٠٢٤-٢٠٢٥

أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي التعرف على:

١- اصالة الذات لدى طلبة الجامعة

٢- التحكم المدرك لدى طلبة الجامعة

٣- الفروق ذات الدلالة الإحصائية في اصالة الذات وفقا لمتغير الجنس (ذكور، اناث)

٤- الفروق ذات الدلالة الإحصائية في التحكم المدرك وفقا لمتغير الجنس (ذكور، اناث)

٥- العلاقة الارتباطية بين اصالة الذات والتحكم المدرك

تحديد المصطلحات:

اولاً: اصالة الذات

عرفها كلاً من:

(Kernis & Goldman,2006)

" تفاعل الشخص في حياته اليومية بصورة تتطابق مع ذاته الحقيقية دون تصنع او إذعان لأية ضغوطات خارجية غير منطقية تتعارض مع تصوراته للحياة"(Kernis & Goldman,2006)

(Mengers,2014)

"معرفة الشخص بتفكيره ومشاعره ومدى تطابق ذلك مع سلوكياته دون ضغوطات" . (Mengers,2014:6)

التعريف النظري : اصالة الذات تعني "تعني قدرة الفرد في التعبير عن هويته وقيمه ومبادئه دون التأثر بالضغوط الخارجية"

التعريف الاجرائي: هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب عند اجابته على مقياس اصالة الذات المعد لغرض البحث.

ثانياً: التحكم المدرك

عرفه كُلاً من:

(Skinner, 1996)

"هو بناء يعكس الدرجة التي يعتقدها الإنسان أن الموقف تحت سيطرته، وأنه قادر على إحداث تغيير مرغوب فيه في الموقف أو تجنب وضع غير المرغوب فيه. وقد تم وضع تصور للتحكم الشخصي المدرك بعدد من الطرق المختلفة" (Skinner, 1996: 550).

(Bullers, 2005)

"اعتقادات الفرد العامة والشاملة حول قدرته على تحقيق النتيجة المرجوة وتجنب النتائج غير المرغوب فيها" (Bullers, 2005: 4).

التعريف النظري: التحكم المدرك يعني " قدرة الفرد على تصور وتقييم المواقف بطريقة تمكنه من التأثير عليها بشكل ايجابي وبالتالي تقليل شعوره بالتوتر والعجز"

التعريف الاجرائي: هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب عند اجابته على فقرات مقياس التحكم المدرك .

الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة

أولاً – اصالة الذات:

الاصالة تعني ميل الافراد الى التصرف وفقاً لمشاعرهم وافكارهم ومواقفهم الحقيقية، فالأشخاص اللذين يتمتعون باصالة الذات يكونون اكثر استقرارا واحساس عال بالهوية وهذا ما يتوافق مع الواقع ولا يسمحون للمؤثرات الخارجية بتغيير ادراكهم وسلوكهم الاصيل (هادي، الدليمي،٢٠٢٤: ٢٣٧).

ويرى (wood,et.al,2008) ان اصالة الذات تعني مدى وعي الفرد بذاته وثقته بقدراته ومعرفته باهدافه ومعتقداته وقيمه الاساسية في الحياة والعيش وفقاً لهذه القيم والمعتقدات (wood,et.al,2008:386).

ونرى ايضاً ان اصالة الذات تعني الاسلوب الذي يعتمده الفرد في حياته والذي يتفق ويتطابق مع تفكيره وسلوكه مع ذاته الداخلية بما يعتقد ويؤمن به وهذا ينعكس في تفاعله مع الافراد المحيطين به (العبيدي،٢٠٢١: ٣٧٩).

مكونات السلوك الاصيل:

١. الوعي: ويعني ثقة الفرد بقدراته ودوافعه ورغباته في تحقيق اهدافه.

٢ . التصرف: ويعني تصرف الفرد وفقاً لقيمه واخلاقه واحتياجاته وليس التصرف لمجرد ارضاء الاخرين او الحصول على المكافئات.

٣. الاخلاص والصدق في علاقاته مع الاخرين.

(هادي، الدليمي،٢٠٢٤: ٢٣٨) (Kernis&Goldman,2006:300)

النظريات المفسرة لمفهوم اصالة الذات:

نظرية روجرز

تناول عدد من الباحثين والمفكرين النفسيين والاجتماعيين مفهوم أصالة الذات وفسروه من زوايا مختلفة، وفق مدارس ونظريات متعددة، ومن أبرز هذه النظريات:

١. النظرية الإنسانية (Humanistic Theory) – كارل روجرز

ترى أن أصالة الذات تتحقق عندما يعيش الفرد في انسجام مع ذاته الحقيقية، ويعبر بحرية عن مشاعره وقيمه دون تزييف. ركز روجرز على مفهوم التطابق (Congruence) بين الخبرة الذاتية الداخلية والسلوك الخارجي، معتبرا أن الأصالة تتحقق عندما لا يضطر الفرد للتنازل عن ذاته الحقيقية لتلبية توقعات الآخرين..(Rogers, 1961:116–120) .

٢.نظرية تقرير المصير (Self–Determination Theory) – إدوارد ديكي وريتشارد رايان

تفسر أصالة الذات في ضوء الحاجات النفسية الأساسية الثلاث: الاستقلالية (Autonomy)، الكفاءة (Competence)، والانتماء (Relatedness). وكلما كان سلوك الفرد نابعا من دوافع داخلية واختيارات حرة متسقة مع قيمه، ارتفع مستوى أصالة الذات. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000, 227–268).

ثانياً: التحكم المدرك

إن الفرد يمتلك حاجات ذاتية تدفعه لاتخاذ قرارات تتعلق بمصيره، مما يوجهه لاختيار سلوكياته بحرية بعيدا عن تأثير الآخرين. ولتحقيق ذلك، ينبغي أن تتوافر لديه القدرة على ضبط ذاته

وإدارة ما يمتلكه من موارد وإمكانات (Driscoll&Beehr, 2000:94). يشير عدد من المنظرين إلى أن مفهوم التحكم المدرك يمكن النظر إليه كبنية أحادية البعد، حيث يقاس إدراك الفرد لمدى تحكمه الشخصي على متصل يبدأ من غياب التحكم وصولًا إلى التحكم التام. وفي المقابل، يرى آخرون أن التحكم المدرك متعدد الأبعاد، وقد طرحوا نموذجا ثنائي العمليات يميز بين نوعين من الاستجابات: الأول يتمثل في السعي لتغيير الواقع الخارجي (التحكم الأساسي)، والثاني يركز على تعديل الذات للتكيف مع الواقع (التحكم الثانوي).

وتوضح العديد من الأطر النظرية ذات البنية المتعددة أن الأفراد يقيمون التحكم في الأحداث على نحو منفصل عن التحكم في المشاعر. كما ذهب بعض الباحثين إلى أن تقييم التحكم المدرك ينبغي أن يتم بشكل مستقل عند التعامل مع الأحداث الإيجابية مقارنة بالأحداث السلبية (Wallston, et al, 1987: 5).

يحظى التحكم المدرك بأهمية كبيرة لدى المختص النفسي، إذ يساهم في التنبؤ بسلوك الفرد في المواقف المختلفة. ويعد التحكم السلوكي أمرا طبيعيا، حيث إن توفر الموارد والفرص يحدد مدى إمكانية تنفيذ السلوك المستهدف، مما يمنح الفرد قدرة فعلية على ضبط تصرفاته. كما أن مستوى تحكم الفرد في سلوكه ينعكس بصورة مباشرة على نواياه وأفعاله، وبالتالي على النتائج التي يحققها (يونس،٢٠١٨: ٣٢)

النظريات المفسرة التحكم المدرك

انموذج العوامل الأربعة A Four –Factor Model لروثبام Rothbaum 1982

يعد من النماذج البارزة التي فسرت مفهوم التحكم المدرك، حيث افترض روثبام وزملاؤه أن التحكم يتشكل من أربعة أنماط أو عوامل رئيسية، وهي:

١.التحكم المباشر (Primary Control):

قدرة الفرد على التأثير في البيئة أو الأحداث المحيطة به لتتناسب مع أهدافه ورغباته.

٢.التحكم غير المباشر (Secondary Control):

تعديل الفرد لذاته أو توقعاته للتكيف مع البيئة أو الظروف القائمة بدلًا من محاولة تغييرها.

٣.التحكم التنبؤي (Predictive Control):

قدرة الفرد على توقع الأحداث والاستعداد لها، مما يقلل من عنصر المفاجأة ويزيد من شعوره بالسيطرة.

٤.التحكم التفسيري (Illusory/Interpretive Control):

ميل الفرد لإيجاد تفسيرات أو معانٍ للأحداث بما يمنحه شعورا بالسيطرة حتى في المواقف الخارجة عن إرادته.(Rothbaum, Weisz & Snyder, 1982: 21) .

الدراسات السابقة

الدراسات التي تناولت اصالة الذات

١.روجرز (١٩٦١)

تعتبر دراسة كارل روجرز من أبرز الدراسات التي تناولت مفهوم أصالة الذات من منظور الإنسانية، حيث أكد روجرز أن الأصالة تتحقق عندما يكون الفرد صادقاً مع ذاته ويعبر عن مشاعره وقيمه الحقيقية، دون خضوع للضغوط الخارجية. وأشار إلى أن الأصالة ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالنمو النفسي والصحة العقلية.

٢.وود وآخرون (٢٠٠٨)

في دراسة استقصائية شملت عينة من الشباب، وجد الباحثون أن مستوى أصالة الذات يرتبط إيجابيا بالرفاهية النفسية وجودة العلاقات الاجتماعية، وأن الأفراد الأكثر أصالة يمتلكون قدرة أعلى على مواجهة الضغوط والتحديات.

الدراسات التي تناولت التحكم المدرك

١. دراسة عبد الكريم (٢٠١٥)

تناولت الدراسة التحكم المدرك وعلاقته بالتوتر النفسي لدى طلبة الجامعة، واظهرت نتائجها ان طلبة الجامعة لديهم تحكم مدرك، وأشارت إلى أن ارتفاع مستوى التحكم المدرك يقلل من الشعور بالتوتر ويعزز الصحة النفسية.

٢.دراسة يونس (٢٠١٨)

تناولت الدراسة العلاقة الوجود النفسي الممتلئ وصورة الجسد والتحكم المدرك لدى عينة من طلبة الجامعة، وأظهرت نتائجها أن طلبة الجامعة لديهم مستوى عال من التحكم المدرك وهناك علاقة ارتباطية بين متغيرات البحث.

جوانب الإفادة من الدراسات السابقة

قامت الباحثة بالاطلاع على الدراسات السابقة للتعمق أكثر في متغيرات البحث ولتكوين رؤية شاملة حول هذه المتغيرات, والى أي مدى اسهمت دراسة هذه المتغيرات بشكل أو بآخر في تقديم فائدة للمجتمع من خلال التوصل إلى نتائج ايجابية وإمكانية تعميم هذه النتائج, ومن خلال ذلك تمت الاستفادة من هذه الدراسات في:

١- تحديد مشكلة البحث واهميته.

٢- الوصول إلى صياغة أهداف البحث.

٣-تحديد العينة والوسائل الإحصائية.

٤- الاطلاع على المقاييس وخطوات بناءها.

٥- مقارنة نتائج الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة.

٦- الاستدلال على المصادر التي تناولت متغيرات البحث الحالي.

الفصل الثالث: منهجية البحث واجراءاته

يتم تحديد منهج البحث حسب مشكلته والأهداف التي يسعى إلى تحقيقها، وبما أن هدف البحث الحالي هو التعرف على العلاقة بين اصالة الذات والتحكم المدرك، فإن المنهج المناسب هو المنهج الوصفي والذي يهدف إلى فهم أعمق للظاهرة، حيث أنها تشخيص علمي للظاهرة (داود وعبد الرحمن، ١٩٩٠: ١٦٣).

اولاً: مجتمع البحث

يقصد بالمجتمع الإحصائي للبحث مجموعة من الأفراد أو الأشياء أو الدرجات التي يرغب الباحث في دراستها (ملحم، ٢٠٠٠: ٢١٩). يتكون مجتمع البحث للدراسة الحالية من طلبة جامعة كربلاء(كلية التربية للعلوم الانسانية) للدراسة الصباحية للعام الدراسي (٢٠٢٤-٢٠٢٥) والبالغ عددهم ( ) طالبا وطالبة.

الجدول (١)مجتمع البحث

القسم	ذكور	اناث
اللغة العربية	٢١٢	٥٦٢
اللغة الانكليزية	٥١٤	٩٢١
التاريخ	٢٠٤	٢٥٠
الجغرافيا التطبيقية	٢٤١	٢٦٥
العلوم التربوية والنفسية	٢٠٩	٤٤٨
المجموع	١٣٨٠	٢٤٤٦

ثانياً: عينة البحث: وهي جزء من مجتمع الدراسة الذي تدرس فيه الظاهرة (النجار، ٢٠١٠: ١٩٤)، وقد قامت الباحثة باختيار العينة وفق الطريقة العشوائية ذات التوزيع المتساوي البالغ عددها (٤٠٠)طالب وطالبة حيث بلغ عدد الذكور (٢٠٠)، وعدد الاناث (٢٠٠) .

ثالثاً: أداتا البحث

يتطلب البحث الحالي توافر أداة لقياس اصالة الذات وأداة لقياس التحكم المدرك ولتحقيق أهداف البحث قامت الباحثة ببناء مقياس اصالة الذات وتبني مقياس التحكم المدرك الذي اعدته (يونس،٢٠١٨).

أ. مقياس اصالة الذات:

أ- تم تحديد مفهوم اصالة الذات وفقاً لروجرز (Rogers,1961) "هي الحالة التي يكون فيها الفرد صادقاً مع نفسه، مدركاً لمشاعره وخبراته الداخلية ويعبر عنها بشكل مباشر وشفاف في سلوكه، دون إنكار أو تشويه أو قمع لتلك الخبرات." وفي ضوء هذا التعريف والاطلاع على دراسات سابقة منها دراسة العبيدي ٢٠٢١، وهادي، والدليمي،٢٠٢٣، Kernis

Goldm,2006& صاغت الباحثة (21) فقرة موزعة بالتساوي على ثلاث مجالات تمثلت بـ(الحياة الاصيلة، الاغتراب الذاتي، القبول بالتأثر الخارجي) وخمسة بدائل هي (تنطبق علي بدرجة كبيرة جدا، تنطبق علي بدرجة كبيرة، تنطبق علي، تنطبق علي احياناً، لا تنطبق علي) وتعطى لكل فقرة الدرجات (٥-٤-٣-٢-١) على التوالي .

ب- مقياس التحكم المدرك:

ت-تبنت الباحث مقياس التحكم المدرك الذي اعدته (يونس،٢٠١٨) وكونه مناسبا لعينة البحث وهم طلبة الجامعة، والذي تكون من (١٦) فقرة موزعين على اربع عوامل هي (التجنب، التكيف، تحقيق الاشياء، التمتع بالاشياء) وخمسة بدائل هي (بدرجة كبيرة جدا، بدرجة كبيرة، بدرجة متوسطة، احياناً، لا على الاطلاق) وتعطى لكل فقرة الدرجات (٥-٤-٣-٢-١) على التوالي .

صلاحية فقرات المقياس (التحليل المنطقي للفقرات) :

لتقرير مدى صلاحية الفقرات في المقياسين فقد عرضت الباحثة فقرات المقياسين على محكّمين من المختصين في التربية وعلم النفس وطلب منهم تقدير مدى صلاحية كل فقرة من فقرات المقياس في قياس ما أعدت لقياسه، إذ يشير أيبل(Ebel) إلى أن أفضل وسيلة للتأكد من الصدق الظاهري هو قيام مجموعة من المختصين بتقدير مدى تمثيل العبارات للصفة المراد قياسها (Ebel,1972: 55) وتم تحليل آراء المحكمين إحصائيا وذلك باستعمال (مربع كآي)، وعدت كل فقرة صالحة عندما تكون قيمة مربع كاي المحسوبة أعلى من قيمتها الجدولية البالغة (٣,٨٥) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وفي ضوء ذلك لم ترفض فقرة من فقرات المقياسين، وكما هو موضح في جدول (٢).

جدول (٢)

قيم مربع كاي لمعرفة مدى موافقة المحكمين على فقرات مقياس اصالة الذات

ت	الفقرات	الموافقون	غير الموافقون	القيمة المحسوبة	القيمة الجدولية	النتيجة
١	٢، ٢٠،٢١ ١٧،٨،٧،٦،١٠،١٢،٣،،١٩ ١١	١٠	٠	١٠	٣.٨٥	دالة
٢	١٦،٩،١٥،١٤،١٣،٥،٤ ١،١٨	٩	١	٦,٤		دالة

جدول (٣) قيم مربع كاي لمعرفة مدى موافقة المحكمين على فقرات مقياس التحكم المدرك

ت	الفقرات	الموافقون	غير الموافقون	القيمة المحسوبة	القيمة الجدولية	النتيجة
١	١، ٢، ٣.....١٦	١٠	٠	١٠	٣.٨٥	دالة

التحليل الاحصائي:

لقد اعتمدت الباحثة على رأي انستازي في تحديد حجم عينة التحليل الاحصائي المكونة من (٤٠٠) طالبة وطالبة للمقياسين، ولغرض إجراء التحليل الإحصائي فإن الباحثة اتبعت ما يأتي:

أولاً- حساب القوة التمييزية:

من أجل إيجاد القوة التمييزية طبقت الباحثة مقياس اصالة الذات على عينة التحليل الاحصائي واتبعت نفس الاجراءات على مقياس التحكم المدرك فظهرت النتائج ان جميع الفقرات دالة احصائيا وكما موضح في الجدول (٤) .

الجدول (٤) القوة التمييزية لفقرات مقياس اصالة الذات

ت	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		ت المحسوبة	النتيجة
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
١	4.664	0.622	3.176	0.959	4.08	
٢	4.451	0.488	3.167	0.822	5.318	
٣	4.814	0.473	4.201	0.836	3.601	
٤	4.325	0.466	4.211	0.717	4.772	
٥	4.710	0.376	4.017	1.029	6.900	
٦	4.914	0.406	3.231	0.911	5.111	
٧	4.624	0.363	4.159	0.945	5.490	
٨	4.221	0.567	3.733	1.216	6.410	
٩	4.645	0.655	3.681	1.267	7.446	
١٠	4.733	0.411	4.055	1.033	6.025	
١١	4.855	0.477	3.511	1.152	9.333	
١٢	4.630	0.475	3.446	1.121	10.156	دالة
١٣	4.811	0.479	3.487	1.218	9.813	
١٤	4.719	0.469	3.100	1.236	11.501	

١٥	4.887	0.622	2.739	1.116	16.8	
١٦	4.716	0.632	2.470	1.137	16.3	
١٧	4.698	0.543	2.323	1.202	17.154	
١٨	4.738	0.472	2.331	1.211	17.811	
١٩	4.811	0.501	2.257	1.012	20.21	
٢٠	4.698	0.511	2.461	1.218	19.211	
٢١	4.776	0.434	2.631	1.300	14.602	

ثانيا – اسلوب الاتساق الداخلي

تم إيجاد الاتساق الداخلي لمقياسي اصالة الذات والتحكم المدرك على النحو التالي:-

أ- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس

لتحقيق ذلك فقد استعمل معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياسين، وبعد استحصال النتائج وموازنة القيم التائية المحسوبة لمعنوية معامل الارتباط بالقيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٣٩٩) تبين أن جميع الفقرات للمقياسين دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥)

ب – علاقة درجة الفقرة بدرجة المجال

ولغرض التحقق من هذا المؤشر فقد عمدت الباحثة إلى استخراج معامل ارتباط (Pearson) بين درجة الفقرة ومجموع درجات المجال الذي تنتمي إليه وقد أظهرت نتيجة التحليل الإحصائي أن جميع الفقرات للمقياسين دالة احصائيا وذلك عند مقارنة القيمة التائية المحسوبة لمعنوية معامل الارتباط بالقيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٣٩٩) تبين أن جميع الفقرات دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥)

ج – علاقة درجة المجال بالمجالات الاخرى وعلاقته بالدرجة الكلية

لإيجاد هذه العلاقة فقد استعملت الباحثة معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل مجال والمجالات الاخرى، وقد أظهرت نتيجة التحليل الإحصائي أن جميع الارتباطات دالة احصائيا وذلك عند مقارنتها بالقيم الحرجة لمعامل الارتباط البالغة (٠.٠٩٩) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٣٩٨) تبين أن جميع الفقرات للمقياسين دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥)

الخصائص السيكومترية لمقياسي اصالة الذات والتحكم المدرك

أ-الصدق: ويعرف بأنه قدرة المقياس على قياس ما اعد لقياسه (السيد،٢٠٠٨: ٤٠٠) واعتمدت الباحثة في البحث الحالي على حساب صدق مقياس اصالة الذات والتحكم المدرك بطريقتين:

أولا:الصدق الظاهري: يكمن الهدف منه في معرفة الغرض الذي أعد من أجله المقياس ونتوصل اليه بالنظر في محتويات المقياس ومطابقتها بالوظيفة المقاسة (ربيع، ٢٠١١: ١٤٢) ويتم ذلك من خلال عرض فقرات المقياس وبدائل الإجابة على مجموعة من المحكمين لبيان صلاحيتها، ولتحليل أراء المحكمين فقد تم استعمال اختبار مربع كاي .

ثانيا: صدق البناء: تم التحقق من هذا النوع من الصدق من خلال المؤشرات الآتية (تمييز الفقرات، علاقة درجة كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس، علاقة درجة كل فقرة بالمجال الذي تنتمي اليه، علاقة درجة كل مجال بالمجالات الاخرى وعلاقته بالدرجة الكلية)

ب- الثبات: ولحساب الثبات في مقياس اصالة الذات، فقد اعتمدت الباحثة مؤشرين هما: التجانس الداخلي باستعمال معادلة الفاكرونباخ بلغت قيمته (٠.٧٦) وفي مقياس التحكم المدرك بلغت قيمته (٠.٧٨) وطريقة اعادة الاختبار التي تؤشر التجانس الخارجي وبلغت قيمة مقياس اصالة الذات (٠.٨٧)، وفي مقياس التحكم المدرك بلغت قيمته (٠.٨٩) علما ان عينة الطلبة الذين خضعوا لاعادة الاختبار بلغت (١٠٠) طالب وطالبة في حين عينة الفاكرونباخ فكانت هي عينة التحليل الاحصائي (٤٠٠)

الوسائل الاحصائية

١. مربع كاي لاستخراج الصدق الظاهري
٢. الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لاستخراج القوة التمييزية لفقرات المقياس
٣. معامل ارتباط بيرسون لاستخراج الارتباطات الاحصائية لمؤشرات صدق البناء وكذلك العلاقة الارتباطية بين المتغيرين
٤. معادلة الفا كرونباخ لاستخراج الثبات
٥. الاختبار التائي لعينة واحدة لاستخراج مستوى اصالة الذات والتحكم المدرك
٦. تحليل التباين الثنائي لاستخراج الفروق ذات الدلالة الاحصائية وفقا لمتغير النوع.

الفصل الرابع: عرض النتائج وتفسيرها

الهدف الاول: التعرف على مستوى اصالة الذات لدى طلبة الجامعة

لغرض تحقيق الهدف الأول قامت الباحثة بتطبيق مقياس اصالة الذات على أفراد عينة البحث البالغ عددهم (٤٠٠) طالب وطالبة، وتم إيجاد المتوسط الحسابي الذي بلغ (96.87) وبلغ المتوسط الفرضي (٦٣) وعند اختبار دلالة الفروق بين المتوسطين باستعمال الاختبار

التائي لعينة واحدة ظهر أن الفرق دال عند مستوى (٠,٠٥) ودرجة حرية (٣٩٩)، إذ أن القيمة التائية المحسوبة أكبر من القيمة الجدولية، والجدول (٥) يوضح ذلك

جدول (٥)الاختبار التائي لعينة واحدة لمقياس اصالة الذات

عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية		درجة الحرية	النتيجة
				المحسوبة	الجدولية		
400	96.87	12.413	63	35.532	1.96	399	دالة

أظهرت نتائج الهدف الأول أن طلبة الجامعة يتمتعون بمستوى عال من أصالة الذات، وهو ما يعكس توافقا داخليا بين مشاعرهم وقيمهم وسلوكهم الظاهر، ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء عدة اعتبارات نفسية وتربوية، ففي مرحلة التعليم الجامعي، يكون الأفراد في طور النضج النفسي واكتشاف الذات، وهي مرحلة حاسمة في تشكيل الهوية الشخصية. وتعد هذه المرحلة من أبرز المراحل التي تتبلور فيها مفاهيم الاستقلالية واتخاذ القرار وتكوين الرأي الشخصي، وهو ما يعزز أصالة الذات لديهم وهذا يتفق مع ما توصلت اليه دراسة (Kernis & Goldman, 2006)، كما أن البيئة الجامعية تتيح فرصا متنوعة للطلبة للتعبير عن ذواتهم من خلال الأنشطة العلمية والثقافية والاجتماعية، مما يسهم في تطوير الشعور بالذات الحقيقية غير الخاضعة لضغوط التقبل الاجتماعي الزائف وهذا يتفق مع نتائج دراسة (Wood et al., 2008). وتتفق ايضاً مع دراسة (Harter et al, 1996)، بأن المرحلة الجامعية تمثل "مسرحا" يظهر فيه الأفراد مدى قدرتهم على العيش بطريقة تعكس ذواتهم الحقيقية بعيدا عن مظاهر الذات الزائفة، وتتفق نتائج الدراسة الحالية ايضاً مع ما توصلت اليه دراسة (أبو زيد،٢٠١٣) أن مستوى أصالة الذات لدى طلبة الجامعة كان مرتفعا، وخاصة لدى أولئك الذين يحظون بدعم أسري وأكاديمي مما ساعدهم على التفاعل الصادق مع الذات واتخاذ قرارات نابعة من قناعاتهم الشخصية، وبهذا تؤكد هذه النتيجة أن المرحلة الجامعية تعد بيئة خصبة لنمو أصالة الذات، من خلال ما توفره من فرص للاستقلالية والتجربة والانفتاح على الآخر، إلى جانب تطوير المهارات النقدية والقدرة على الاختيار، وهي جميعها عناصر مرتبطة بمفهوم أصالة الذات.

الهدف الثاني: التعرف على الفروق ذات الدلالة الإحصائية في اصالة الذات لدى طلبة الجامعة على وفق متغير الجنس (ذكور، اناث)

لغرض تحقيق هذا الهدف عمدت الباحثة استخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين على عينة البحث والبالغة (٤٠٠) طالب وطالبة, وبعد استخدام هذا الاختبار تبين ان المتوسط الحسابي للإناث بلغ (101,24) درجة, وانحراف معياري مقداره (5.221) درجة، والمتوسط الحسابي للذكور بلغ (98.311) درجة وانحراف معياري مقداره (4.651) درجة, وعند مقارنة المتوسطات الحسابية بالمتوسط النظري والبالغ (63) تبين ان القيمة التائية المحسوبة والبالغة (0.861) هي

اقل من القيمة التائية الجدولية والبالغة(1.96) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٣٩٨), مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية باختلاف متغير الجنس أي ان الذكور والاناث لا يختلفون في مستوى اصالة الذات، والجدول (٦) يبين ذلك:

جدول (٦) دلالة الفروق الإحصائية في اصالة الذات على وفق متغير الجنس (ذكور، اناث)

الجنس	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		مستوى الدلالة (٠,٠٥)
				المحسوبة	الجدولية	
ذكور	٢٠٠	98.311	4.651	0.861	١,٩٦	دالة
اناث	٢٠٠	101,24	5.221			

ويعزى تفسير هذه النتيجة إلى تشابه أساليب التنشئة الاجتماعية والتربوية بين الجنسين في البيئة الجامعية، إضافة إلى تقارب الخبرات الحياتية والتحديات التي يواجهها كلا الطرفين خلال هذه المرحلة العمرية، كما قد يعكس هذا التشابه تحولاً ثقافيا نحو تعزيز قيم الوعي الذاتي والتعبير عن الذات لدى الأفراد بغض النظر عن نوعهم الاجتماعي. وتشير هذه النتيجة إلى أن أصالة الذات قد لا تكون مرتبطة بشكل مباشر بالنوع الاجتماعي، بل قد تتأثر بعوامل أخرى كالدعم النفسي والأسري، والوعي الذاتي، ومستوى النضج الشخصي، وهي جوانب يشترك فيها الذكور والإناث ضمن السياق الثقافي المعاصر، وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع دراسة (العبيدي،٢٠١٧).

الهدف الثالث: التعرف على التحكم المدرك لدى طلبة الجامعة.

للتعرف على هذا الهدف طبقت الباحثة مقياس التحكم المدرك على العينة البالغة (٤٠٠) واتضح أن المتوسط الحسابي للدرجات بلغ (٨٧.٧٣٧) والانحراف المعياري بلغ (١١.١٩٣) وبلغ المتوسط الفرضي (٤٨)، وللتعرف على الفرق الدالة بين المتوسط الحسابي المتحقق والمتوسط الحسابي الفرضي، استعمل الاختبار التائي لعينة واحدة. واوضحت النتائج أن القيمة التائية المحسوبة البالغة (٢٣.١١٧) أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١.٩٦). وبذلك فهي دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٣٩٩)، والجدول (٧) يوضح ذلك.

جدول (٧)الاختبار التائي لعينة واحدة لمقياس التحكم المدرك

عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	درجة الحرية	القيمة التائية		النتيجة
					المحسوبة	الجدولية	
٤٠٠	٨٧.٧٣٧	١١.١٩٣	٤٨	٣٩٩	٢٣.١١٧	١,٩٦	دالة

تشير نتيجة الدراسة إلى أن طلبة الجامعة يتمتعون بمستوى عالٍ من التحكم المدرك، وهو ما يعكس شعورهم بالقدرة على توجيه سلوكهم، واتخاذ قراراتهم بإرادة مستقلة، والتأثير في مجريات حياتهم الأكاديمية والشخصية. ويمكن تفسير ذلك في ضوء أن المرحلة الجامعية تمثل مرحلة نضج معرفي وانفعالي، تُمكّن الطلبة من تطوير مهارات التفكير النقدي، وتنمية الشعور

بالمسؤولية الذاتية، كما أن البيئة الجامعية بما توفره من تحديات وتجارب متنوعة تتيح لهم فرصا لتقييم ذواتهم والتصرف بناء على قناعاتهم الخاصة وأن ارتفاع مستوى التحكم المدرك يرتبط بالكفاءة الذاتية والقدرة على التكيف واتخاذ القرار، وهي سمات تتعزز لدى الطلبة مع التقدم في التعليم الجامعي والانخراط في بيئات تعلم مرنة ومحفّزة، وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت اليه دراسة (يونس،٢٠١٨)

الهدف الرابع: التعرف على دلالة الفروق الإحصائية في التحكم المدرك لدى طلبة الجامعة على وفق متغير الجنس (ذكور، اناث)

لغرض تحقيق هذا الهدف عمدت الباحثة استخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين على عينة البحث والبالغة (٢٠٠) طالب و (٢٠٠) طالبة, وبعد استخدام هذا الاختبار تبين ان المتوسط الحسابي للإناث بلغ (١٠١,٠١٤) درجة, وانحراف معياري مقداره (٩,٥٤١) درجة والمتوسط الحسابي للذكور بلغ (٩٨,٧٧١) درجة وانحراف معياري مقداره (١٠,٣١١) درجة, وعند مقارنة المتوسطات الحسابية بالمتوسط النظري والبالغ (٤٨) تبين ان القيمة التائية المحسوبة والبالغة (٢.١٢٢) هي اعلى من القيمة التائية الجدولية والبالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٣٩٨) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية ولصالح الذكور. والجدول (٨) يبين ذلك:

جدول (٨) دلالة الفروق الإحصائية في التحكم المدرك على وفق متغير الجنس (ذكور، اناث)

الجنس	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		مستوى الدلالة (٠,٠٥)
				المحسوبة	الجدولية	
ذكور	٢٠٠	٩٨,٧٧١	١٠,٣١١	٢,١٢٢	1.96	
اناث	٢٠٠	١٠١,٠١٤	٩,٥٤١			دالة

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء الفروقات النمطية في التنشئة الاجتماعية بين الجنسين، حيث يشجَّع الذكور في العديد من المجتمعات، خاصة في المجتمعات العربية، على الاستقلالية واتخاذ القرار وتحمل المسؤولية منذ سن مبكرة، مما يسهم في تنمية إدراكهم لقدرتهم على التحكم في مجريات حياتهم. كما أن الذكور غالبا ما يتلقّون دعما أكبر في ما يخص التعبير عن الرأي والمبادرة، وهي عوامل تعزز الإحساس بالتحكم الداخلي. في المقابل، قد تواجه الإناث قيودا اجتماعية أو توقعات نمطية تقلل من فرص اتخاذ القرار الذاتي، مما ينعكس على انخفاض مستوى التحكم المدرك لديهن.

الهدف الخامس: العلاقة الارتباطية بين اصالة الذات والتحكم المدرك

لتحقيق هذا الهدف تم استعمال معامل ارتباط بيرسون لمعرفة العلاقة بين متغيري البحث، وعند استخراج العلاقة بين اصالة الذات والتحكم المدرك ومقارنة معامل الارتباط مع القيمة الجدولية

البالغة (٠,٠٩٤) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية ٣٩٩ تبين انه توجد علاقة بين متغيري البحث، إذ بلغت قيمة معامل الارتباط (٠.٩٧)، والجدول يبين ذلك:

جدول (٩)معامل الارتباط بين متغيري البحث

العلاقة الارتباطية اصالة الذات والتحكم المدرك	قيمة معامل ارتباط بيرسون	الدلالة
العلاقة بين اصالة الذات والتحكم المدرك	٠,٩٧	دالة

أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة دالة إحصائيا بين أصالة الذات والتحكم المدرك لدى طلبة الجامعة، وهي نتيجة منسجمة مع ما تشير إليه الأدبيات النفسية الحديثة، حيث ترتبط أصالة الذات بوصفها تعبيرا عن عيش الفرد وفق قيمه ومشاعره الداخلية الحقيقية بشكل وثيق بإدراكه للسيطرة على مجريات حياته. فالفرد الأصيل يميل إلى اتخاذ قراراته بناء على قناعاته الذاتية وليس استجابة لضغوط خارجية، وهو ما يعزز شعوره بالتحكم المدرك. وتشير دراسة (Kernis & Goldman 2006) إلى أن الأفراد ذوي الأصالة المرتفعة يظهرون اتساقاً داخليا واستقلالية نفسية، مما ينعكس إيجابا على إدراكهم لذاتهم كفاعلين قادرين على توجيه حياتهم، وبالتالي فإن العلاقة بين أصالة الذات والتحكم المدرك تعكس تفاعلاً بين الشعور الداخلي بالصدق مع الذات، والقدرة على التأثير الواعي في السلوك واتخاذ القرار.

الاستنتاجات

١.تمتع طلبة الجامعة بمستوى مرتفع من أصالة الذات يدل على وعيهم الذاتي، وقدرتهم على التعبير عن مشاعرهم وقيمهم بصدق، واتخاذ قرارات تنبع من ذواتهم الداخلية، مما يعكس نضجا نفسيا وتكاملاً في الشخصية.

٢. ارتفاع مستوى التحكم المدرك لدى الطلبة يشير إلى أن لديهم إحساسا بالقدرة على التأثير في مجريات حياتهم، واتخاذ قراراتهم بشكل واعٍ، وهو ما يعكس تطورا في مهارات التنظيم الذاتي وتحمل المسؤولية في البيئة الجامعية.

٣.وجود علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية بين أصالة الذات والتحكم المدرك يبين أن الطلبة الذين يتمتعون بدرجة عالية من الأصالة يكون لديهم أيضا إدراك أكبر للتحكم في حياتهم وسلوكهم، مما يشير إلى تفاعل إيجابي بين البعد الذاتي الداخلي وبين القدرة على الضبط والتوجيه الواعي للسلوك.

٤. تفوق الذكور في مستوى التحكم المدرك مقارنة بالإناث قد يعزى إلى الفروقات في التنشئة الاجتماعية والثقافية التي تمنح الذكور مساحة أوسع للاستقلالية واتخاذ القرار، وهو ما يعزز إدراكهم للسيطرة على مجريات حياتهم.

٥. تبرز النتائج أهمية تعزيز كل من أصالة الذات والتحكم المدرك في البيئة الجامعية، لما لهما من أثر في بناء شخصية متزنة، مستقلة، وقادرة على مواجهة التحديات واتخاذ قرارات فعالة

التوصيات

١.الاهتمام بتنمية أصالة الذات لدى طلبة الجامعة من خلال البرامج الإرشادية والنفسية التي تعزز الوعي بالذات.

٢.تعزيز مهارات التحكم المدرك من خلال إدماج أنشطة جامعية وتدريبات تنمي مهارات اتخاذ القرار، وحل المشكلات، وتحمل المسؤولية، بما يسهم في شعور الطلبة بقدرتهم على السيطرة على مجريات حياتهم.

٣. تقديم ورش عمل وندوات دورية لطلبة الجامعة حول موضوعات مثل: الاستقلالية، الضبط الذاتي، التفكير النقدي، التوافق النفسي، وكل ما يعزز من أصالتهم وتحكمهم بسلوكهم.

٤.الاهتمام بالفروق بين الجنسين في تصميم البرامج الإرشادية، خاصة فيما يتعلق بالتحكم المدرك، لضمان توفير الدعم الكافي للإناث وتجاوز القيود الاجتماعية التي قد تحد من تنمية هذا البعد.

المقترحات

١.دراسة العلاقة بين أصالة الذات ومجموعة من المتغيرات الأخرى مثل: الصحة النفسية، التوافق الدراسي، الذكاء العاطفي، والتحفيز الذاتي.

٢.بناء مقياس لأصالة الذات يأخذ بعين الاعتبار الخصوصية الثقافية والاجتماعية للبيئة الجامعية في جميع المحافظات.

٣. برامج إرشادية تبنى بناء على نتائج مثل هذه الدراسات، وتختبر فاعليتها في رفع أصالة الذات والتحكم المدرك

المصادر العربية

- القرآن الكريم
- داود وعبد الرحمن، عزيز حنا، و أنور حسين (١٩٩٠) **مناهج البحث التربوي** ، بغداد، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، جامعة بغداد.
- ربيع، محمد شحاتة (٢٠١١): **أصول علم النفس**، ط١، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، الاردن.
- سليم، عبد العزيز ابراهيم وابو حلاوة، محمد السعيد(٢٠١٨): **اصالة الشخصية وعلاقتها بكل من الشفقة بالذات والتوجه الروحي في الحياة لدى طلبة الدراسات العليا المتفوقين دراسيا** بكلية التربية جامعة دمنهور، مجلة الارشاد النفسي، العدد(٥٥)، الجزء ١.

- السيد، فؤاد البهي (٢٠٠٨) **علم النفس الإحصائي وقياس العقل البشري**، ط١، دار الفكر العربي، القاهرة – مصر .
- عباس، صفاء نوري (٢٠٢٢): **أصالة الذات وعلاقتها بالمرونة النفسية لدى طلبة الجامعات**، مجلة العلوم التربوية والنفسية، جامعة بابل.
- العبيدي، عفراء إبراهيم خليل (٢٠٢١): **أصالة الذات لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات**، مجلة علوم الإنسان والمجتمع، جامعة بسكرة، الجزائر.
- ملحم، سامي محمود (٢٠٠٠): **القياس والتقويم في التربية وعلم النفس**، دار المسيرة، عمان– الأردن.
- النجار, جمعة نبيل (٢٠١٠) **القياس والتقويم** ، ط١، دار الحامد، عمان – الأردن
- هادي، سلام محمد علي والدليمي، راقية عباس (٢٠٢٤): **الذكاء الاقناعي وعلاقته بإصالة الشخصية لدى طلبة الجامعة**، مجلة القادسية في الآداب والعلوم التربوية، مجلد (٢٤)، العدد(٣)، الجزء ٢.
- يونس، اسمهان عباس(٢٠٢٨): **الوجود النفسي الممتلىء وعلاقته بصوره الجسد والتحكم المدرك لدى طلبة الجامعة**، اطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، كلية التربية للبنات.

المصادر الأجنبية

- Bullers, S. (2005). Environmental Stressors, Perceived Control, and Health: The Case of Residents Near Large-Scale Hog Farms in Eastern North Carolina. Human Ecology, 33(1), 1–16.
- Driscoll, M. P., & Beehr, T. A. (2000). Moderating effects of perceived control and need for clarity on the relationship between role stressors and employee affective reactions.
- Ebel, R.L.(1972): Essentials of educational measurement, second Edition, New Jersy,
- Harter, S., Marold, D. B., Whitesell, N. R., & Cobbs, G. (1996). A Model of the Effects of Perceived Parent and Peer Support on Adolescent False Self Behavior. Child Development, 67.
- Kernis, M. H., & Goldman, B. M. (2006). A multicomponent conceptualization of authenticity: Theory and research. Advances in Experimental Social Psychology.

- Mengers, Abigail A., (2014): "The Benefits of Being Yourself: An Examination of Authenticity, Uniqueness, and Well-Being" (2014). Master of Applied Positive Psychology (MAPP) Capstone Projects. 63.
- Rogers, C. R. (1961). On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy. Houghton Mifflin.
- Rothbaum, F., Weisz, J. R., & Snyder, S. S. (1982). Changing the world and changing the self: A two-process model of perceived control. Journal of Personality and Social Psychology, 42(1), 5–37
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. American Psychologist, 55(1).
- Skinner, E. A. (1996). A guide to constructs of control. Journal of Personality and Social Psychology.
- Wallston, K. A., Wallston, B. S., Smith, S., & Dobbins, C. J. (1987). Perceived control and health. Current Psychology, 6(1), 5–25.
- WOOD, LINLEY, MALTBY, BALIOUSIS, AND JOSEPH(2008): The Authentic Personality: A Theoretical and Empirical Conceptualization and the Development of the Authenticity Scale, Journal of Counseling Psychology · July 2008. Vol. 55, No. 3.