

**جدارة الذات وعلاقتها بالتحكم المدرك لدى طلبة
الدراسات العليا**

**Self-Worth and Its Relationship with
Perceived Control among Postgraduate
Students**

بنين صيوان خزل

Baneen Saiwan Khazal

كلية التربية الإنسانية – جامعة البصرة

**College of Education for Human Sciences – University of
Basrah**

baneensaewan.khazaal@uobasrah.edu.iq

أ.د. سناء عبد الزهرة حميد

Prof. Dr. Sanaa Abdul Zahra Hameed

كلية التربية الإنسانية – جامعة البصرة

**College of Education for Human Sciences – University of
Basrah**

sanaa.hameed@upbasrah.edu.iq

الكلمات المفتاحية: جدارة الذات، التحكم المدرك، طلبة الدراسات العليا

Keywords: Self-worth, Perceived Control, Postgraduate Students

الملخص

يستهدف البحث الحالي بالتعرف إلى جدارة الذات والتحكم المدرك لدى طلبة الدراسات العليا، فضلاً عن الكشف عن طبيعة العلاقة الارتباطية بين المتغيرين، والتحقق من دلالة الفروق في هذه العلاقة تبعاً لمتغيرات الجنس والتخصص والمرحلة الدراسية. ولتحقيق أهداف البحث، قامت الباحثتان ببناء مقياس جدارة الذات الذي تألف من (35) فقرة موزعة على سبع مجالات، ومقياس التحكم المدرك الذي تألف من (18) فقرة موزعة على مجالين. طُبِّقَ المقياسان على عينة من طلبة الدراسات العليا والتي بلغت (335) طالب وطالبة من طلبة الدراسات العليا، وبعد معالجة البيانات إحصائياً، أظهرت النتائج تمتع أفراد العينة بمستوى جيد من كل من جدارة الذات والتحكم المدرك. كما بينت النتائج عدم وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين جدارة الذات والتحكم المدرك، فضلاً عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في هذه العلاقة تبعاً لمتغيرات الجنس والتخصص والمرحلة الدراسية.

بناءً على نتائج البحث (تمتع الطلبة بجدارة الذات والتحكم المدرك، وعدم وجود علاقة ارتباطية أو فروق دالة)، توصي الباحثتان:

1. تضمين مفاهيم جدارة الذات والتحكم المدرك ضمن البرامج الإرشادية الجامعية بوصفها متغيرات إيجابية داعمة للتكيف الأكاديمي.
2. الاستفادة من مستويات جدارة الذات والتحكم المدرك لدى الطلبة في تصميم أنشطة تعليمية تتطلب المبادرة وتحمل المسؤولية.
3. إدماج مهارات التفكير الإيجابي وتنظيم الذات ضمن المقررات الدراسية ذات الصلة.

كمت تقترح الباحثتان:

1. إجراء دراسات لاحقة للكشف عن متغيرات وسيطة أو معدلة (مثل الضغوط النفسية أو الدافعية) قد تفسر غياب العلاقة بين جدارة الذات والتحكم المدرك.
2. إعادة دراسة العلاقة باستخدام عينات مختلفة (طلبة البكالوريوس أو فئات مهنية) للتحقق من إمكانية تعميم النتائج.

Abstract:

This study aims to identify the levels of self-worth and perceived control among postgraduate students and to examine the correlational relationship between these variables. It also investigates whether this relationship differs according to gender, academic specialization, and study stage. To achieve these objectives, the researchers developed two instruments: a self-worth scale consisting of 35 items across seven domains, and a perceived control scale consisting of 18 items across two domains.

The instruments were administered to a sample of 335 postgraduate students. The results indicated that participants demonstrated good levels of both self-worth and perceived control. However, no statistically significant correlation was found between the two variables. Additionally, no significant differences were observed in this relationship based on gender, specialization, or study stage.

The findings highlight the independent nature of self-worth and perceived control among postgraduate students. Accordingly, the study recommends integrating these constructs into academic counseling programs and educational practices that promote initiative, responsibility, and self-regulation. Further research is suggested to explore potential mediating or moderating variables and to examine the relationship across different samples.

الفصل الأول

مشكلة البحث :Problem of the Research

تعد حياة الأفراد والمجتمعات مليئة بالضغوط الحياتية وذلك نظراً لكثرة تحديات هذا العصر وزيادة مطالبه، فلا يكاد مجتمع من المجتمعات يخلو من هذه الضغوط، إذ بات من الصعب تقاديها أو تجاهلها (خليفات والزغول، 2003: 65). الأمر الذي يتطلب وجود شخصيات تتمتع بقدر معين من جدارة الذات والتي تمثل الأساس الذي يُبنى عليه مستوى النجاح أو الفشل في مجالات مختلفة، إذ يرتبط الشعور بالجدارة غالباً بالطموح نحو تحقيق تطورات ونجاحات ذات أثر بعيد المدى، وعلى العكس من ذلك فإن حالات الفشل والإحباط تعزز الشعور بانعدام الجدارة، نتيجة لما تتركه من سيطرة للمشاعر السلبية داخل الفرد، كما تتأثر جدارة الذات بشكل كبير بصورة الذات ومدى تقديرها، إذ يختلف الأفراد في رؤيتهم لأنفسهم باختلاف السياقات الاجتماعية والثقافية والمعرفية التي يعيشونها، و هذه السياقات تسهم في تشكيل معتقدات متباينة تؤثر بدورها على طبيعة الذات وإدراكها، بالإضافة إلى دوافعها ومشاعرها. ومن ثم، فإن نمو الذات وتقديرها مرتبطان ارتباطاً وثيقاً بعملية تقييم الفرد لكفاءته ومهاراته، وعندما يغيب احترام الذات وتقديرها يضعف الشعور بجدارة الذات مما يؤدي إلى صعوبة في تحقيق الأهداف والطموحات المنشودة (الاحبابي، 2023: 1-2).

ومن جهة أخرى، فإن ضعف قدرة الفرد في السيطرة والتحكم بمتطلباته يولد شعور الفرد بالضعف وعدم الراحة النفسية والاحساس بالعجز وكذلك عدم الرضا على سلوكياته (Burger, 1989: 246)،

وبذلك فإن البحث الحالي يسعى للإجابة على التساؤل الآتي: هل توجد علاقة

ارتباطية بين متغير جدارة الذات والتحكم المدرك لدى طلبة الدراسات العليا؟

أهمية البحث :Importance of the Research

1. يساهم البحث في توسيع الفهم الأكاديمي للعوامل النفسية والمعرفية التي تؤثر في أداء طلبة الدراسات العليا ودعم قدرتهم على مواجهة الضغوط الأكاديمية.
2. يعزز الدراسة النظرية حول مفاهيم الجدارة الذاتية والتحكم المدرك ، ويوضح كيفية تفاعل هذه الجوانب النفسية لتشكيل سلوكيات ونتائج أكاديمية فعّالة.
3. يوفر إطاراً مفاهيمياً متماسكاً يمكن البناء عليه في الدراسات المستقبلية لاستكشاف علاقات إضافية بين القدرات الذاتية والتحفيز والأداء الأكاديمي.
4. تفيد في إعداد استراتيجيات تدخل مبنية على نتائج علمية للحد من الضغوط النفسية التي يواجهها طلبة الدراسات العليا، وتحسين مستوى الإنجاز والاستمرارية في البحث العلمي.
5. يساعد في بناء أدوات قياس تتمتع بخصائص سيكومترية جيدة لعينة البحث من طلبة الدراسات العليا، مما يعزز دقة تشخيص مستويات جدارة الذات والتحكم المدرك لدى هذه الفئة.

اهداف البحث :Aims of the Research

يسعى البحث الحالي بالتعرف على:

1. جدارة الذات لدى عينة البحث الحالي من طلبة الدراسات العليا.
2. التحكم المدرك لدى عينة البحث الحالي من طلبة الدراسات العليا.

3. نوع العلاقة واتجاهها بين جدارة الذات والتحكم المدرك لدى عينة البحث الحالي من طلبة الدراسات العليا.

4. الفرق في العلاقة بين جدارة الذات والتحكم المدرك لدى عينة البحث الحالي من طلبة الدراسات العليا وفقاً لمتغير (الجنس/ذكور - إناث، التخصص/علمي - انساني، المرحلة/ماجستير - دكتوراه).

حدود البحث :Limits of the Research

1. الحدود الموضوعية: دراسة العلاقة الارتباطية بين جدارة الذات والتحكم المدرك والأوهام الإيجابية.

2. الحدود البشرية: طلبة الدراسات العليا للتخصصات العلمية والانسانية.

3. الحدود المكانية: جامعة البصرة.

4. الحدود الزمنية: للعامين الدراسيين 2025 - 2026

تحديد المصطلحات :Definition of the terms

أولاً: جدارة الذات Self-Worth

- كروكر وولف (Crocker & Wolfe, 2001)

معتقدات شخصية حول ما يجب ان يكون عليه الفرد، وتقديره لذاته، والذي يمكن ان تؤثر على دوافع الفرد، وسلوكه، وإدراكاته، وإخفاقاته، أو الالتزام بالمعايير الذاتية (Crocker & Wolfe, 2001:594)

التعريف النظري: تتبنى الباحثة التعريف النظري لكروكر (Crocker, 2001) والمشار إليه انفاً، كما انها اعتمدت انموذج (Crocker et al, 2003) في الإطار النظري وكذلك بناء المقياس لعينة البحث الحالي.

التعريف الاجرائي: مجموع الدرجات التي سيحصل عليها المستجيب نتيجة الاستجابة على فقرات مقياس جدارة الذات.

ثانياً: التحكم المدرك Perceived Control

- روثبام وآخرون (Rothbaum et al., 1982) :

اعتقاد الفرد بأن الموقف تحت سيطرته، وأنه قادر على احداث تغيير مرغوب فيه، أو تجنب وضع غير مرغوب فيه (Rothbaum et al, 1982:12).

- **التعريف النظري:** تبنت الباحثة التعريف النظري لروثبام وآخرون

(Routhbuam et al, 1982) والمشار إليه آنفاً ، كما انها اعتمدت انموذج

روثبام و آخرون في الاطار النظري وكذلك في بناء المقياس لعينة البحث الحالي.

- **التعريف الاجرائي:** مجموع الدرجات التي سيحصل عليها المستجيب نتيجة

الاستجابة على فقرات مقياس التحكم المدرك.

الفصل الثاني

الاطار النظري

التفسير النظري لجدارة الذات Self-Worth

أنموذج احتماليات جدارة الذات (Model of Contingencies of Self-Worth (CSW)

ترى كروكر ان جدارة الذات تمثل كل ما نفكر به ونشعر ونؤمن به عن أنفسنا، وهي أدراك الفرد أنه أعظم من كل تلك الأشياء التي من حوله، ومن الجيد أن يعرف الفرد أنه ذو جدارة، وهو محبوب وضروري لحياته وللآخرين. وتؤكد كروكر أن الشعور بالرضا والكفاءة في المجالات المختلفة يمكن أن يحقق جدارة ذات عالية، ولكن عدم الشعور بالكفاءة والتوجه نحو النجاح عندما يتعلق الأمر بالتحصيل أو العمل وغيره، ويشعر الفرد بأنه عديم الجدارة والفاعلية، وبالتالي لا يحقق أهدافه. وليس من الضروري أن يكون لدى الفرد إحساس كبير بالثقة بالنفس في كل مجال من مجالات الحياة، ولكن الشيء المهم للفرد هو أن تكون لديه ثقة بالنفس في الأنشطة الرئيسية لحياته، وشعوره العالي بجدارة الذات بشكل عام (Crocker, 2004:48).

اقترحت كروكر وولف (2001) أن الأحداث الجيدة والسيئة في مجالات تقدير الذات المشروط ترفع أو تخفض مشاعر تقدير الذات حول مستوى تقدير الذات النموذجي أو السمة المميزة للشخص، ولهذه التقلبات في تقدير الذات عواقب تحفيزية. فالزيادة في تقدير الذات تجعل الفرد يشعر بالسعادة، بينما النقصان في تقدير الذات يجعل الفرد يشعر بالسوء. لذلك، وبصرف النظر عما إذا كان الناس يتمتعون عادة بتقدير ذاتي مرتفع أو منخفض، فإنهم يسعون إلى تحقيق الرضا العاطفي المرتبط بالنجاح في مجالات تقدير الذات المشروط ويحاولون تجنب الانخفاضات العاطفية التي تصاحب الفشل في هذه المجالات. وبالتالي، فإن احتمالات تقدير الذات تنظم السلوك. وترى كروكر وبارك (2001) أن احتمالات تقدير الذات تشكل أهدافاً طويلة الأجل وقصيرة الأجل، إذ يريد الناس إثبات نجاحهم وليس فشلهم في مجالات تقدير الذات المشروط، وبعبارة أخرى لديهم أهداف للتحقق من الذات في هذه المجالات، فعندما لا يكونون متأكدين من إمكانية النجاح أو إمكانية تجنب الفشل فإنهم ينسحبون

من المهمة، ويقررون أن هذا غير مهم، بدلاً من تحمل فقدان احترام الذات الذي يصاحب الفشل في هذه المجالات، فالطلاب الذين يؤسسون احترامهم لذاتهم على إنجازاتهم الأكاديمية لديهم عادةً أهداف للتحقق من الذات في هذا المجال، وينظرون إلى أعمالهم الدراسية كفرصة لإظهار نكائهم (Crocker&Katherine,2016: 200).

يحدد أنموذج (احتمالات جدارة الذات CSW) سبعة مجالات، تم تجميعها في فئتين رئيسيتين هما: العوامل الداخلية والخارجية، وتعكس العوامل الداخلية الجوانب الجوهرية للذات ولا تعتمد على تحقيق المعايير الاجتماعية (Crocker et 2003)
، فمن هذا المنظور، فإن الحالات المحتملة الداخلية في اعتقاد الفرد بأن أفعاله أخلاقية (الفضيلة، كمجال من مجالات CSW) واعتقاد الفرد بأن أفعاله ذات قيمة وفريدة من نوعها في نظر الله (محبة الله، كمجال للقدرة CSW) ، كما تعتمد العوامل الخارجية على تقييمات الآخرين أو تقديرهم، وتتضمن عمليات مقارنة اجتماعية، وبشكل أكثر تحديداً، تشمل الحالات الخارجية التفوق على الآخرين (المنافسة) أو مجرد الوصول إلى معايير اجتماعية عالية الكفاءة، إذ يركز هذا الأنموذج على سبعة مجالات من المفترض أن تكون مصادر داخلية وخارجية مهمة لتقدير الذات:

1. الكفاءة الأكاديمية: تنشأ جدارة الذات جزئياً من التقييمات الخاصة بالفرد الكفاءات أو القدرات المحددة للفرد نتيجة لتقييم الفرد لقدراته وإمكاناته في مجالات متعددة، ومن بين هذه الكفاءات، تحتل الكفاءة الأكاديمية موقعاً محورياً، إذ تؤثر بشكل واضح في تكوين جدارة الذات منذ المراحل الدراسية الأولى، وأن الأداء الأكاديمي، مثل تقييمات المعلمين، والدرجات المدرسية، ونتائج اختبارات الكفاءة ترتبط ارتباطاً وثيقاً بتقدير الذات العام، وهذا يعني أن الكفاءة الأكاديمية تؤثر على تقدير الذات لدى الأفراد منذ سن المدرسة الابتدائية وما بعدها، على الرغم من أن طلاب الجامعات قد يبنون تقديرهم لذاتهم على مجموعة واسعة من الكفاءات نظراً لسياقهم الأكاديمي، فمن المرجح أن تكون الكفاءة الأكاديمية مصدراً مهماً لجدارة الذات. فالأشخاص الذين

يستثمرون تقديرهم لذواتهم في المجال الأكاديمي يصبحون أكثر حساسية للنجاح أو الفشل الدراسي؛ إذ يُنظر إلى الأداء الأكاديمي بوصفه دليلاً على الجدارة الشخصية. وبالتالي، تُعد الكفاءة الأكاديمية من أهم المصادر التي يعتمد عليها طلاب الجامعات لتأكيد جدارتهم الذاتية والحفاظ على تقديرهم للذات في البيئة التعليمية (Crocker et al, 2003: 894-896)

وأشارت كروكر و بارك (2004) ان الطلاب الذين يرتبط تقديرهم لذاتهم بالنجاح الأكاديمي يميلون إلى اعتبار قبولهم في برامج الدراسات العليا دليلاً على كفاءتهم وجدارتهم، مما يعزز ثقتهم بأنفسهم. في المقابل، يرى الطلاب الذين لا يربطون قيمتهم الذاتية بالإنجاز الأكاديمي أن القبول خطوة نحو تحقيق أهدافهم المهنية، ولا يشكل مقياساً مباشراً لقيمتهم الذاتية، وهذا يُظهر التباين كيف أن تقدير الذات الأكاديمي يؤثر في تفسير الإنجازات الأكاديمية وتحفيز الطموح الفردي (Crocker&Park,2004: 393).

2. **المنافسة:** بالنسبة لبعض الناس قد يعتمد تقدير الذات على كونهم متفوقين على الآخرين في المنافسة وليس على الكفاءة في حد ذاتها، وتفترض أن الذكور على وجه الخصوص، يستمدون جدارتهم لذاتهم من كونهم أفضل من الآخرين.

3. **الموافقة من الآخرين:** يعتمد جدارة الذات جزئياً على تلقي الاستحسان والقبول من الآخرين، ويرتبط جدارة الذات بشكل عام بإيجابية ما يعتقد الناس عن الآخرين أكثر من الطريقة التي ينظرون بها إليهم فعلياً، إذ تشكل آراء الآخرين عن الذات أساساً مهماً لجدارة الذات.

4. **الدعم الأسري:** قد تكون عاطفة الآخرين المقربين ذات أهمية خاصة بالنسبة لهم لتقدير الذات، على سبيل المثال؛ ترى نظرية التعلق أن النماذج العقلية للذات باعتبارها قابلة للتغيير فهي تُبنى على تصور الفرد لذاته كشخص يستحق الرعاية، وهذا عنصراً أساسياً في تأمين التعلق، كما أن قبول أفراد الأسرة ودعمهم يساهم في تعزيز إحساس الفرد بقيمته الذاتية، ويرى كروكر وآخرون ان انموذجهم يركز تحديداً على الحب والدعم من العائلة، لأنه تقريباً يمكن لجميع طلاب الجامعات أن يستمدوا جدارة الذات من هذا المصدر.

5. **المظهر:** يتم تقييم الأشخاص بشكل عام، و الاداء بشكل خاص، جزئياً على أساس المظهر الجسدي، و إحدى نتائج هذا التحديد هي أن الناس يتعلمون تقييم أنفسهم من حيث مظهرهم الجسدي بين المراهقين، على سبيل المثال، يعد التقييم الذاتي للمظهر الجسدي هو أقوى مؤشر على تقدير الذات العالمي لكل من الأولاد والبنات وهو أقوى من التقييمات الذاتية في مجالات أخرى مثل الأكاديمي أو ألعاب القوى أو الشعبية.

6. **محبة الله:** يُعد الإيمان الديني قوة قوية ومهمة في الحياة، فالتدين الجوهري الذي يشير إلى الدرجة التي يستوعب بها الأفراد ويعبرون عن التزامهم بالمعتقدات الدينية، يرتبط بشكل معتدل وإيجابي باحترام الذات والجوانب الأخرى للرفاهية النفسية، و قد يكون للدين تأثيرات إيجابية على احترام الذات من خلال الاعتقاد بأن الشخص محبوب ومقدر وفريد في نظر الله، فهو يستند إلى قناعة داخلية بكون للذات قيمة عند الخالق وليس إلى تقييمات بشرية متغيرة.

7. **المبادئ الأخلاقية:** هناك احتمال آخر محتمل لجدارة الذات وهو كفاية الفرد أو مبادئه الأخلاقية، قد يؤدي الالتزام بالقواعد الأخلاقية إلى الحكم على الشخص بأنه شخص جيد وأخلاقي وجدير بالاهتمام.

(Crocker et al, 2003: 895-896)

ثانياً: التحكم المدرك Perceived Control

التفسير النظري لمفهوم التحكم المدرك:

اختلف الباحثون في تناولهم لمفهوم التحكم المدرك بين من ينظر إليه كبنية أحادية البعد، ومن يعدّه مفهوماً متعدد الأبعاد، فوفقاً للاتجاه الأول؛ يُفترض أن الأفراد يقدرون مستوى تحكمهم الشخصي على متصل واحد يمتد من انعدام التحكم إلى اكتماله، مما يعكس رؤية مبسطة ترى التحكم كقدرة عامة وشاملة على التأثير في مجريات الحياة، أما الاتجاه الثاني؛ فيطرح تصوراً أكثر تعقيداً، إذ يرى أن التحكم

المدرک يتضمن أبعاداً متعددة تمكّن الفرد من تقييم قدرته على التأثير في مجالات مختلفة، ومن أبرز النماذج في هذا الإطار نموذج العمليات الثنائية للتحكم الذي يميز بين نوعين أساسيين من التحكم هما التحكم الأساسي (ويشير إلى جهود الفرد المباشرة لتغيير البيئة أو تعديل الأحداث بما يتناسب مع أهداف) أما التحكم الثانوي (ويعني محاولات الفرد لتعديل ذاته أو استجاباته الداخلية بما ينسجم مع متطلبات البيئة والظروف الخارجية)، وبذلك فإن الأفراد يقيمون التحكم بطرق مختلفة تبعاً لنوع الموقف، فقد يميّزون بين التحكم في الأحداث والتحكم في الانفعالات، أو بين التحكم في المواقف الإيجابية والتحكم في المواقف السلبية، ويمثل هذا الطرح المتعدد الأبعاد خطوة مهمة في فهم الديناميات النفسية للتحكم المدرک، بوصفه عملية معرفية وانفعالية متكاملة تسهم في التكيف والرفاه النفسي (Rothbaum & et al, 1982: 21).

النموذج الثنائي للتحكم المدرک:

A Two-Process Model of Perceived Control

يقترح (Rothbaum & Weisz & Snyder, 1982) نموذج عمليات التحكم الأولية والثانوية اثنتين من الاستراتيجيات الرئيسية التي تمكن الأفراد من الشعور بالتحكم. وهما التحكم الأساسي والتحكم الثانوي ويشمل التحكم الأساسي للشخص التحكم بالظروف البيئية لكي تلائم احتياجاته ورغباته، في حين أن التحكم الثانوي يشير إلى تحكم الشخص بخصائصه الداخلية المعرفية / الوجدانية من أجل التكيف معها للحد من الأثر النفسي للأحداث (Heeps, 2000: 3).

يُقسم الانموذج الثنائي للتحكم المدرك الى بعدين هما:

البعد الأول: التحكم الأساسي: يقصد بالتحكم الأساسي سعي الفرد لجعل البيئة تتماشى مع رغباته، أو هو السلوكيات الموجهة نحو البيئة الخارجية والتي تتضمن محاولات لتغيير العالم بحيث تتناسب مع احتياجات ورغبات الفرد.

البعد الثاني: التحكم الثانوي: ان التحكم الثانوي هو محاولة الافراد لتقبل أو تكيف أنفسهم مع البيئة من خلال التكيف مع الوضع الذي يعيشون فيه.

(Rothbaum& et al, 1982:12)

الفصل الثالث

إجراءات البحث

مجتمع البحث Population of the Research

تألف مجتمع البحث الحالي من فئة طلبة الدراسات العليا والمستمرين في الدوام الفعلي للعام الدراسي (2025-2026) للسنة التحضيرية من الذكور والإناث إذ بلغ العدد الكلي (2619) بواقع (1061) للذكور و (1558) للإناث، كما بلغ العدد الكلي للتخصص العلمي (1875) طالب وطالبة والتخصص الإنساني (744) طالب وطالبة، موزعين على (13) كلية علمية و (5) كليات إنسانية.

ثانياً: عينة البحث Sample of Research

أ. **عينة البناء:** لغرض التحقق من توافر الخصائص السيكومترية لأداتي البحث ولإتمام إجراءات الصدق البنائي اختارت الباحثتان عينة بلغ حجمها (400) شخص و بطريقة عشوائية بسيطة ، (108) عليا و (108) دنيا بوصفهم عينة للصدق البنائي.

ب. **عينة الثبات:** لإيجاد ثبات أداتي البحث جدارة الذات والتحكم المدرك طبق الباحثتان أداة البحث على عينة بالغة (50) شخصاً من طلبة الدراسات العليا، بواقع (25) طالبة و (25) طالباً.

ج. **عينة التطبيق النهائي:** تم اختيار عينة التطبيق النهائي من حجم المجتمع الكلي والبالغ (2619) وباستعمال معادلة العينة الطبقية العشوائية بلغ حجم العينة (335) تم سحبها من كليات جامعة البصرة.

ثالثاً: اداتا البحث Tools of Research

قامت الباحثتان ببناء مقياسي جدارة الذات والتحكم المدرك واستخراج الخصائص السيكومترية لهما من صدق ظاهري وبناء، والصدق العاملي، ثم التحقق من ثبات المقياسين بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار ومعامل الفا كرونباخ، إذ بلغ معامل ثبات مقياس جدارة الذات بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار (0.89) وبلغ معامل الفا (

0.80)، أما مقياس التحكم المدرك فد بلغ بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار (0.076) أما معامل الفا فقد بلغ (0.78)، وبذلك أصبح المقياسين جاهزين للتطبيق بواقع (35) فقرة لمقياس جدارة الذات موزعة على سبع مجالات و (18) فقرة لمقياس التحكم المدرك موزعة على مجالين.

رابعاً: الوسائل الإحصائية

استعملت الباحثة الوسائل الإحصائية الآتية، والتي تمت معالجتها باستخدام الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss).

الفصل الرابع

عرض النتائج وتفسيرها

الهدف الأول: التعرف على جدارة الذات لدى أفراد عينة البحث من طلبة الدراسات العليا.

لقد أظهرت نتائج عينة البحث والبالغة (335) طالباً وطالبة على وسط حسابي مقداره (137.66)، وبانحراف معياري مقداره (17.255)، في حين أن الوسط الفرضي للمقياس مقداره (105).

ولغرض التعرف على الفرق والدلالة الإحصائية لهذين الوسطين، فقد تم إخضاعهما للاختبار التائي لعينة ومجتمع (t-test)، وقد أظهرت نتائج الاختبار إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية ولصالح أفراد العينة عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (334)، إذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (34.641)، وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية والتي مقدارها (1.96)، وكما في جدول (1).

جدول (1)

الدلالة الإحصائية لعينة البحث على مقياس جدارة الذات

المتغير	العي نة	درجة الحر ية	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية		مستوى الدلالة (0.05)
						المحسوبة	الجدولية	
جدارة الذات	33	334	137.6	17.25	105	34.64	1.96	دال احصائياً

وفي ضوء النتائج التي توصلت إليها الباحثة فإن عينة البحث الحالي من طلبة الدراسات العليا يتمتعون بمستوى مرتفع من جدارة الذات، إذ ترى الباحثة إن هذه النتيجة يمكن تفسيرها في ضوء انموذج (كروكر و ولف، 2001) الذي يرى ان جدارة

الذات تستند الى عوامل داخلية وخارجية للفرد أي بمعنى ان الجدارة لا تُعد سمة ثابتة بقدر ما تُعد بناء دينامي، وعلية؛ فإن ارتفاع جدارة الذات لدى افراد اعينة قد يعكس مدى اعتمادهم على مجالات احتمالية جدارة الذات (الداخلية والخارجية)، وفي مقدمتها الإنجاز الاكاديمي والكفاءة الشخصية والقدرة على المنافسة العلمية او الدراسية، وايضاً فان هذه المرحلة لطبة الدراسات العليا تمثل بوصفها قمة الهرم الاكاديمي، فهي تتطلب مستويات مرتفعة من الدافعية الداخلية والمثابرة والقدرة على مواجهة الضغوط العلمية؛ ومن ثم فان الافراد الذين يتمكنون من الوصول لهذه المرحلة غالباً ما يكونوا قد طوروا تصورات إيجابية عن ذواتهم وذلك عن طريق النجاحات الاكاديمية وكذلك الخبرات التراكمية العلمية او الشخصية، الأمر الذي يتيح لهم الفرص المستمرة لإثبات كفاءتهم وتحقيق الإنجاز سواء في البحث العلمي او التفاعل الاكاديمي وهذا بدوره ما يعزز الشعور بالقيمة الذاتية او جدارة الذات، فوفقاً للنموذج فان فإن الاعتماد على مثل هذه المجالات التكيفية يسهم في بناء جدارة ذات اكثر استقراراً، الأمر الذي يؤدي الى ادراك فهم اعمق لقدراتهم وامكاناتهم وهذا يتسق مع ما طرحه كروكر و ولف في نموذجهما من ان الافراد ذوي جدارة الذات المرتفعة يميلون الى تبني استراتيجيات معرفية وانفعالية وتكيفية تحافظ على اتساق جدارة الفرد بذاته واستقراره.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (الكيلاني، 2015) ودراسة (الوائلي، 2019) ودراسة (خزار، 2021) ودراسة (ناجي، 2021) وكذلك دراسة (Geng, 2015) ودراسة (Bandi & Woodward, 2024) والتي اشارت الى تمتع عينة البحث بمستوى عالٍ من جدارة الذات.

الهدف الثاني: التعرف على التحكم المدرك لدى أفراد عينة البحث من طلبة الدراسات العليا.

لقد أظهرت نتائج التحليل الإحصائي وبعد تطبيق مقياس التحكم المدرك على عينة البحث و التي مقدارها (335) حصلت على وسط الحسابي مقداره (76.47) وبانحراف معياري مقداره (5.909) وعند مقارنة الوسط الحسابي للعينة مع الوسط الفرضي للمقياس و الذي مقداره (54) نرى أن هناك فرقاً بين هذين الوسطين، ولأجل التعرف على الفرق والدلالة الإحصائية لهذين الوسطين فقد تم إخضاعهما للاختبار التائي لعينة ومجتمع وقد أشارت نتائج الاختبار الى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التحكم المدرك ولصالح أفراد العينة بصورة عامة، إذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (69.583)، وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية عند مستوى دلالة (0.05)، ودرجة حرية (334) التي مقدارها (1.96) وكما في جدول (2).

جدول (2)

الدلالة الإحصائية لعينة البحث لمقياس التحكم المدرك

المتغير	العينة	درجة الحرية	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية		مستوى الدلالة (0.05)
						المحسوبة	الجدولية	
التحكم المدرك	335	334	76.47	5.909	54	69.583	1.96	دال احصائياً

تشير نتائج الدراسة الحالية إلى أن طلبة الدراسات العليا يتمتعون بمستوى عالٍ من التحكم المدرك، وترى الباحثة يمكن تفسير ذلك في ضوء أنموذج روثام الذي يميز بين التحكم الأولي (السعي لتغيير البيئة بما ينسجم مع أهداف الفرد) والتحكم الثانوي (تعديل الذات والتفسيرات المعرفية للتكيف مع الواقع). إذ يعكس هذا الارتفاع قدرة أفراد

العينة على توظيف كلا النمطين من التحكم بصورة تكاملية لمواجهة متطلبات البيئة الأكاديمية.

فطلبة الدراسات العليا، بحكم طبيعة المرحلة التي يمرون بها، يواجهون مواقف تتسم بالتعقيد والتحدي، مثل إنجاز البحوث، والالتزام بالمواعيد، والتعامل مع متطلبات علمية دقيقة. وفي هذا السياق، يظهر التحكم الأولي من خلال سعيهم الفعّال لتنظيم الوقت، وبذل الجهد، واكتساب المهارات اللازمة للإنجاز، في حين يتجلى التحكم الثانوي في قدرتهم على إعادة تفسير الضغوط والتحديات بوصفها فرصًا للتعلم والنمو، والتكيف مع ما لا يمكن تغييره من ظروف. ومن جهة أخرى فإن الأفراد الذين يصلون إلى مرحلة الدراسات العليا غالبًا ما يمتلكون خبرات تراكمية ناجحة تعزز لديهم الإحساس بالقدرة على التأثير في مجريات الأحداث أو على الأقل التكيف معها بفاعلية، وهذا يعزز إدراكهم للتحكم سواء بصيغته المباشرة (التحكم الأولي) أو غير المباشرة (التحكم الثانوي)، مما ينعكس في ارتفاع مستوى التحكم المدرك لديهم.

وفي السياق ذاته ترى الباحثة، إن البيئة الأكاديمية نفسها قد تسهم في تنمية هذا النوع من التحكم، إذ تفرض على الطلبة مواقف تتطلب اتخاذ قرارات مستقلة، وتحمل المسؤولية، والتكيف مع التغذية الراجعة المستمرة، الأمر الذي يعزز لديهم الشعور بالسيطرة المعرفية والانفعالية على المواقف.

وبذلك، يمكن القول إن تمتع طلبة الدراسات العليا بالتحكم المدرك يعكس نمطاً متقدماً من التكيف النفسي، قائماً على التوازن بين محاولة تغيير الواقع عند الإمكان،

والقدرة على التكيف معه عند الضرورة، وهذا ما يتسق مع الطرح النظري لأنموذج روثام.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (الغرباوي، 2019) والذي أشارت الى تمتع عينة البحث بمستوى إيجابي من التحكم المدرك.

الهدف الثالث: نوع العلاقة الارتباطية واتجاهها بين جدارة الذات والتحكم المدرك لدى افراد عينة البحث من طلبة الدراسات العليا.

بهدف التعرف فيما إذا كانت هناك علاقة ذات دلالة إحصائية فيما بين جدارة الذات والتحكم المدرك والالوهام الايجابية لدى أفراد عينة البحث، فقد تم استعمال معامل ارتباط بيرسون لإيجاد هذه العلاقة، وقد أظهرت النتائج إلى عدم وجود علاقة بين متغيري جدارة الذات والتحكم المدرك، كما أظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية وذات دلالة إحصائية بين جدارة الذات والالوهام الإيجابية

ولغرض التعرف على الدلالة الاحصائية لقيمة معامل الارتباط المستخرج، فقد تم مقارنته بالقيم الجدولية النظرية لمعاملات الارتباط لمعرفة دلالة ومعنوية الارتباط، إذ أظهرت النتائج أن قيمة معامل الارتباط المحسوبة بين متغيري جدارة الذات والتحكم المدرك التي مقدارها (-0.04) وهي أدنى من القيمة النظرية الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (333) والتي مقدارها (0.107)، كما في جدول (3).

جدول (3)

الدلالة الإحصائية لمعامل الارتباط بين (جدارة الذات والتحكم المدرك) لدى أفراد العينة

المتغير	العينة	درجة الحرية	قيمة معامل الارتباط		مستوى الدلالة (0.05)
			المحسوبة	الجدولية	
جدارة الذات	335	333	-0.04	0.107	غير دال إحصائياً

وفي ضوء النتائج ، والتي تشير ان معامل الارتباط بين جدارة الذات والتحكم المدرك بلغ (0.04)، وهي قيمة تشير إلى وجود علاقة عكسية ضعيفة جداً تكاد تكون معدومة، مما يدل على عدم وجود ارتباط ذي دلالة إحصائية بين المتغيرين، ويمكن تفسير ذلك في ضوء التكامل بين نموذج (كروكر وآخرون، 2003) وانموذج (روثام وآخرون، 1982) ، إذ يرى الأول أن جدارة الذات تعتمد على مصادر متعددة لما يسمى عوامل جدارة الذات، مثل الإنجاز الأكاديمي والقيم الشخصية والدعم الاجتماعي، وهي مصادر قد تكون متحققة لدى طلبة الدراسات العليا بحكم وصولهم إلى هذه المرحلة المتقدمة من التعليم، الأمر الذي يمنحهم شعوراً إيجابياً بالجدارة بغض النظر عن مستوى إحساسهم بالسيطرة على الظروف، وفي المقابل؛ يوضح روثام وزملاؤه (1982) أن الأفراد خصوصاً في البيئات المقيدة كالسياق الأكاديمي قد يلجؤون إلى التحكم الثانوي القائم على التكيف وإعادة تفسير المواقف بدلاً من التحكم الأولي القائم على تغيير البيئة، مما يسمح لهم بالحفاظ على توازنهم النفسي وصورة إيجابية عن ذاتهم حتى في ظل محدودية التحكم الفعلي. وعليه، فإن طلبة الدراسات العليا بحكم نضجهم المعرفي وخبرتهم في مواجهة الضغوط، قد يفصلون بين تقييمهم لذواتهم وبين قدرتهم على التحكم في مجريات الأمور ، فيحتفظون بمستوى مرتفع من جدارة الذات عبر آليات التكيف المعرفي والانفعالي دون أن يرتبط ذلك بالضرورة بإدراكهم للتحكم. وبناءً على ذلك، ترى الباحثة يمكن النظر إلى هذه النتيجة بوصفها مؤشراً على تعقيد البناء النفسي لدى هذه الفئة، إذ لا تُعد جدارة الذات مجرد انعكاس لإدراك التحكم، بل بناءً أكثر استقلالاً واستقراراً يتشكل عبر خبرات متعددة وآليات تكيفية متقدمة.

وترى الباحثة، إن وجود مستوى من التحكم المدرك لدى العينة بصورة عامة يعكس كفاءة تكيفية لديهم، في حين أن عدم ارتباطه بجدارة الذات يشير إلى أن هذه الأخيرة بناء نفسي أكثر استقلالاً لا يعتمد بشكل مباشر على إدراك التحكم بل يتشكل عبر مصادر وخبرات متعددة، الأمر الذي يعكس نضجاً نفسياً لدى طلبة الدراسات العليا، حيث لا يتم اختزال تقييم الذات بمدى السيطرة على الظروف، وإنما يتأسس على معايير أعمق وأكثر استقراراً، وبالتالي عدم وجود تعارض بين النتيجة، فامتلاك العينة للتحكم لا يعني بالضرورة أنه المصدر الذي تُبنى عليه جدارة الذات، بل قد يكون أحد عدة مصادر لا يظهر تأثيرها في صورة علاقة ارتباطية مباشرة.

الهدف الرابع: الفرق في العلاقة فيما بين كل من جدارة الذات والتحكم المدرك لدى أفراد عينة البحث وفقاً لمتغير (الجنس/ذكور-إناث، التخصص/علمي-إنساني، المرحلة/ماجستير-دكتوراه)

بهدف التعرف فيما إذا كان هناك فرق في العلاقة فيما بين جدارة الذات والتحكم المدرك لدى أفراد عينة البحث وفقاً لمتغير الجنس (ذكور - إناث)، والتخصص (علمي - إنساني)، والمرحلة (ماجستير-دكتوراه) فقد تم استعمال معامل ارتباط بيرسون لإيجاد هذه العلاقات، ومن ثم تم استخراج القيم الزائفة الفشرية والبالغة، كما في جدول (4).

جدول رقم (4)

معاملات الارتباط والقيم الزائفة للارتباط والقيم الزائفة الفشرية معاملات الارتباط والقيم الزائفة للارتباط والقيم الزائفة الفشرية لدلالة لفرق في العلاقة فيما بين كل من جدارة الذات والتحكم المدرك لدى أفراد عينة البحث وفقاً لمتغيرات (الجنس، التخصص، المرحلة)

المتغيرات	العدد	الارتباط	القيم الزائفة للارتباط	القيم الزائفة الفشرية	القيمة الجدولية	دلالة الفرق
إناث	198	.03-	.03-	0.06	1.96	غير دال إحصائياً
ذكور	137	.01-	.01-			
العلمي	241	.02-	.02-	0.03	1.96	غير دال إحصائياً
الانساني	94	.02-	.02-			
ماجستير	233	.02-	.02-	0.03	1.96	غير دال إحصائياً
دكتوراه	102	.02-	.02-			

أ. تفسير عدم وجود فروق في العلاقة وفق متغير الجنس (ذكور - إناث)

تشير نتائج التحليل الإحصائي إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في العلاقة بين جدارة الذات والتحكم المدرك تبعاً لمتغير الجنس، وتري الباحثة أن جدارة الذات التي تُبنى على ما يُعرف بعوامل جدارة الذات أي المجالات التي يستمد منها الفرد قيمته الذاتية، وهذه العوامل في السياق الأكاديمي غالباً ما تتحدد بالإنجاز العلمي، والكفاءة البحثية، والالتزام الأكاديمي، وهي مصادر لا تتأثر بنوع الجنس داخل البيئة الجامعية الحديثة، وبذلك فإن الذكور والإناث في الدراسات العليا يخضعون لمعايير تقييم موحدة تقريباً، مما يؤدي إلى تشكل بنية مقاربة لجدارة الذات لدى

الطرفين وبالتالي ثبات علاقتها بالتحكم المدرك دون فروق نوعية. ومن جهة أخرى، فإن إدراك التحكم يتشكل من خلال التفاعل بين الفرد والبيئة، حيث إن البيئة الأكاديمية تُعد بيئة منظمة ومقيدة نسبياً، تحد من فرص التحكم الأولي المباشر، وتدفع الأفراد—بغض النظر عن جنسهم—إلى تبني استراتيجيات مقاربة من التحكم الثانوي مثل التكيف المعرفي وإعادة التفسير الانفعالي، وهذا التشابه في أساليب التعامل مع الضغوط الأكاديمية يؤدي إلى تشابه في طبيعة العلاقة بين جدارة الذات والتحكم المدرك لدى الذكور والإناث.

وفي هذا السياق، ترى الباحثة إن مرحلة الدراسات العليا تُعد مرحلة نضج معرفي وانفعالي تقل فيها الفروق المرتبطة بالجنس في أنماط الإدراك الذاتي والتكيف النفسي، مما يؤدي إلى تقليل تأثير المتغيرات البيولوجية والاجتماعية التقليدية على العلاقات النفسية بين المتغيرات.

ب. تفسير عدم وجود فروق في العلاقة وفق متغير التخصص (علمي -

إنساني)

تشير نتيجة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في العلاقة بين جدارة الذات والتحكم المدرك تبعاً لمتغير التخصص إلى أن طبيعة التفاعل بين هذين المتغيرين لا تختلف باختلاف المجال الأكاديمي، سواء كان علمياً أو إنسانياً، وترى الباحثة إنه يمكن تفسير ذلك في ضوء التشابه البنيوي العميق لخبرة الدراسات العليا في كلا المجالين، فمصادر جدارة الذات لدى طلبة الدراسات العليا في كلا التخصصين (علمي-إنساني) تتركز بشكل أساسي على الأداء الأكاديمي، والقدرة على إنجاز البحث العلمي، وتحقيق

متطلبات البرامج الدراسية، وعلى الرغم من اختلاف المحتوى المعرفي بين التخصصين، إلا أن معايير النجاح الأكاديمي تظل متقاربة، مما يجعل بناء جدارة الذات قائماً على أسس مشتركة، وبالتالي لا يؤدي التخصص إلى تغيير نمط العلاقة مع التحكم المدرك، أما فيما يخص التحكم المدرك؛ فإن كلا التخصصين يخضعان لنظام أكاديمي مؤسسي مشابه من حيث القيود، ومتطلبات الدراسة، ومعايير التقييم العلمي، مما يعني أن فرص التحكم الأولي المباشر محدودة في كلا السياقين، وهذا الأمر يدفع الطلبة في التخصصين إلى استخدام أنماط متقاربة من التحكم الثانوي، مثل التكيف مع الضغوط، وتعديل التوقعات، وإعادة تفسير الخبرات الأكاديمية، مما يؤدي إلى تشابه في كيفية تفاعل جدارة الذات مع إدراك التحكم.

وعلاوة على ذلك، ترى الباحثة أن التطور الأكاديمي في الدراسات العليا يقلل من الفروق بين التخصصات، حيث يصبح التركيز الأساسي مشتركاً بين جميع الطلبة وهو الإنجاز الأكاديمي من البحث العلمي والإنتاج المعرفي، بغض النظر عن المجال، مما يؤدي إلى تجانس في البنية النفسية المرتبطة بالمتغيرات المدروسة.

وعليه، فإن عدم وجود فروق في العلاقة بين جدارة الذات والتحكم المدرك تبعاً لمتغير التخصص يشير إلى أن هذه العلاقة لا تتأثر بالعوامل الديموغرافية أو الأكاديمية، وإنما تتحدد بطبيعة البنية النفسية العامة لطلبة الدراسات العليا، حيث تتقارب مصادر جدارة الذات وتتشابه أنماط إدراك التحكم في ظل بيئة أكاديمية موحدة نسبياً، مما يؤدي إلى ثبات العلاقة بين المتغيرين عبر مختلف الفئات.

ج. تفسير عدم وجود فروق في العلاقة وفق متغير المرحلة الدراسية (ماجستير - دكتوراه).

تشير النتائج الإحصائية إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في العلاقة الارتباطية بين جدارة الذات والتحكم المدرك وفقاً لمتغير المرحلة الدراسية (ماجستير - دكتوراه)، وترى الباحثة أن هذه النتيجة يمكن تفسيرها في ضوء البنية التراكمية للخبرة الأكاديمية والنضج النفسي لدى هذه الفئة، فجدارة الذات تتشكل عبر تراكم الخبرات المرتبطة بالإنجاز والكفاءة وليس من خلال الانتقال المرحلي بحد ذاته. وبذلك، فإن طلبة الماجستير وطلبة الدكتوراه يشتركون في امتلاك قاعدة معرفية وخبرة أكاديمية متقدمة نسبياً، الأمر الذي يجعل مصادر جدارة الذات لديهم متقاربة حيث يستمد كلاهما شعوره بالجدارة من الإنجاز الأكاديمي، والقدرة على البحث. وعليه، فإن الانتقال من الماجستير إلى الدكتوراه لا يُمثل تحولاً نوعياً في طبيعة مصادر جدارة الذات بل يُعد امتداداً لها، مما يُساهم في ثبات نمط علاقتها مع المتغيرات الأخرى ومنها التحكم المدرك. ومن جهة أخرى، فإن إدراك التحكم لدى طلبة الدراسات العليا بمختلف مراحلهم يتشكل ضمن بيئة أكاديمية تتسم بدرجة من التنظيم والقيود المؤسسية التي تحد من فرص التحكم الأولي (المباشر)، سواء كان الطالب في مرحلة الماجستير أو الدكتوراه، فعلى الرغم من أن طلبة الدكتوراه قد يتمتعون بقدرة أوسع نسبياً من الاستقلالية البحثية، إلا أنهم في المقابل يواجهون متطلبات أكثر تعقيداً وضغوطاً أعلى مما يُبقي مستوى التحكم الفعلي ضمن حدود متقاربة مع طلبة الماجستير، وهذا يدفع

كلا المجموعتين إلى الاعتماد على استراتيجيات متشابهة من التحكم الثانوي، مثل التكيف المعرفي، وإعادة تفسير المواقف الضاغطة، والحفاظ على التوازن الانفعالي.

وترى الباحثة، إن العلاقة بين جدارة الذات والتحكم المدرك والتي اتسمت أساساً بالضعف أو عدم الدلالة الاحصائية تبقى ثابتة عبر المرحلتين، لأن كل متغير منهما يتطور ضمن مسار شبه مستقل فجدارة الذات تستند إلى تقييمات داخلية تراكمية، في حين أن التحكم المدرك يتشكل استجابة لطبيعة البيئة ومتطلباتها، وبما أن هذين المسارين لا يشهدان تغيراً نوعياً حاسماً بين مرحلتي الماجستير والدكتوراه، فإن نمط العلاقة بينهما لا يتأثر باختلاف المرحلة الدراسية، ومن زاوية النضج النفسي؛ فإن طلبة الدراسات العليا بغض النظر عن مرحلتهم يصلون إلى مستوى متقدم من الوعي الذاتي والقدرة على الفصل بين تقييم الذات وبين الظروف الخارجية، الأمر الذي يعزز استقلال جدارة الذات عن إدراك التحكم. وبالتالي، فإن عدم وجود فروق في العلاقة يعكس استقراراً في البناء النفسي لدى هذه الفئة، ويؤكد أن الانتقال المرحلي داخل الدراسات العليا لا يؤدي بالضرورة إلى إعادة تشكيل العلاقة بين هذه المتغيرات بل يحافظ على نمطها القائم. وبذلك، فإن هذه النتيجة تُعد مؤشراً على أن العلاقة بين جدارة الذات والتحكم المدرك ليست حساسة للفروق المرحلية داخل التعليم العالي، وإنما تعكس بناءً نفسياً أكثر عمقاً واستقراراً، يتشكل عبر الخبرة التراكمية والآليات التكيفية المشتركة لدى طلبة الدراسات العليا.

المصادر

المصادر العربية:

1. الاحبابي، فلاح مهدي عبد (2023). جدارة الذات وعلاقتها بالشخصية الكارزمية. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة تكريت: كلية التربية للعلوم الإنسانية.
2. خليفات، عبد الفتاح والزغول، عماد (2003): مصادر الضغوط النفسية لدى معلمي مديرية تربية محافظة الكرك وعلاقتها ببعض المتغيرات، *مجلة العلوم التربوية*، 3، 89-61.

المصادر الأجنبية:

1. Burger, J. M. (1989): Negative reactions to increases in perceived personal control, *Journal of Personality and Social Psychology*, vol, 56, pp 246-256.
2. Crocker, (2004). Contingencies of self- worth ,Implications for self- regulation and Psychological vulnerability.
3. Crocker, J., & Park, Lora E. (2004). The Costly Pursuit of Self-Esteem. *Psychological Bulletin*. Vol. 130, No. 3, 392–414
4. Crocker, J., & Knight, K. (2005). Contingencies of self-worth. *Current Directions in Psychological Science*, 14, 200–203.
5. Crocker, J., & Wolfe, C. T. (2001). Contingencies of self-worth. *Psychological Review*, 108(3), 593–623.
6. Crocker, J., Luhtanen, R. K., Cooper, M. L., & Bouvrette, A., (2003). Contingencies of self-worth in college students: Theory and measurement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(5), 894-908.



7. Heeps, Luke J. (2000). **The Role of Primary/Secondary Control in Positive Psychological Adjustment**, PhD thesis , Deakin University.
8. Rothbaum, Fred & Weisz, John R & Snyder, Samuel S. (1982). Changing the World and Changing the Self: A Two-Process Model of Perceived Control, *Journal of Personality and Social Psychology*, 1982, Vol. 42, No. 1, 5-37