

الضبط الذاتي لدى تلاميذ السنة الرابعة ابتدائي

- دراسة ميدانية بمدينة ورقلة -

Self-control of fourth year primary school pupils

-A field study in the city of Ouargla-

صالح بن الصيد^{1*} ، بوبكر دبابي²

¹ محبر جودة البرامج في التربية الخاصة والتعليم المكيف جامعة قاصدي مرباح ورقلة (الجزائر)، bensid.salah@univ-ouargla.dz

² محبر جودة البرامج في التربية الخاصة والتعليم المكيف جامعة قاصدي مرباح ورقلة (الجزائر)، d.boubakeur@univ-ouargla.dz

تاريخ الاستقبال: 2022/06/28؛ تاريخ القبول: 2022/11/17؛ تاريخ النشر: 2023/02/23

ملخص: هدفت الدراسة الحالية إلى معرفة درجة الضبط الذاتي لدى تلاميذ السنة الرابعة ابتدائي، ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي، وقد تكونت عينة الدراسة من (244) تلميذا وتلميذة، من تلاميذ السنة الرابعة ابتدائي بمدينة ورقلة المسجلين في السنة الدراسية 2021/2020 تم اختيارهم بطريقة عشوائية من المجتمع الأصلي، كما اعتمدنا في جمع البيانات على مقياس الضبط الذاتي الذي قمنا بإعداده لهذا الغرض.

وتم التأكد من الخصائص السيكومترية للمقياس، وتمت المعالجة الإحصائية للبيانات بغية اختبار فرضيات الدراسة، وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

1- درجة الضبط الذاتي لدى تلاميذ السنة الرابعة ابتدائي مرتفعة.

2- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضبط الذاتي للتلاميذ تعزى للجنس.

الكلمات المفتاحية: ضبط ذاتي؛ تلاميذ سنة رابعة ابتدائي.

Abstract: The current study aimed to know the degree of self-control among pupils of the fourth year of primary school, to achieve the study objectives. The descriptive approach was used, The study sample consisted of 244 fourth year primary school pupils of different genders in Ouargla city, who are registered in the 2020/2021 scholar year, they were randomly, selected from the original population, we relied in collecting data on the self-control scale that we prepared for this purpose.

The psychometric properties of the scale were ascertained, and the data was statistically processed in order to test the hypotheses of the study, the study reached the following results:

1-The degree of self-control among the fourth-year primary school pupils is high.

2- There are no statistically significant differences in the pupils. self-control due to gender.

Keywords: self-control; fourth year primary school pupils.

I- تمهيد:

تسعى كل أمة إلى الحفاظ على قيمها، ومعتقداتها، وخصائصها، وتاريخها، وضمان مستقبلها، من خلال الاهتمام الكبير بالمدرسة، التي توكل إليها تربية الأجيال وتعليمهم، وتنمية شخصية المواطن الصالح، الذي يحمل هموم الأمة وآمالها وآلامها، ويسعى إلى تحقيق أهدافها، وضمان استمرارها.

ويعتبر الضبط الذاتي آلية من آليات التكيف الاجتماعي يسعى الفرد لممارستها عندما يلاحظ أن سلوكه غير مقبول من الآخرين، فيقوم بتنظيم نفسه من جديد ويعمل على تعديل سلوكه، ثم يكافئ ذاته كلما اقتربت من تحقيق الهدف المنشود.

ونقصد بالضبط الذاتي عند تلاميذ السنة الرابعة ابتدائي؛ أنه عملية التحكم في الاستجابات السلوكية في المواقف المختلفة، وتتمثل في المراقبة الذاتية وتوكيد الذات.

والمراقبة الذاتية هي عملية ملاحظة التلميذ لاستجاباته السلوكية في المواقف المختلفة ومقارنتها مع الآخرين بهدف تعديل وضبط سلوكه اللفظي وغير اللفظي.

وتوكيد الذات هو قدرة التلميذ على التعبير عن انفعالاته الحقيقية بصراحة وانفتاح، والتصرف وفق مقتضيات الموقف ومتطلبات التفاعل، والقدرة على رفض الطلبات غير المعقولة بشجاعة، والقدرة على اتخاذ القرارات المناسبة بسرعة وإيجابية، ومقاومة الضغوط الاجتماعية، والتحرر من مشاعر الذنب غير المعقولة في نظره.

وقد لاحظنا من خلال الزيارات الميدانية للمدارس الابتدائية والاطلاع على ملفات التلاميذ، ومن خلال تصريحات المعلمين والأولياء، وجود مؤشرات ارتفاع درجة الضبط الذاتي لدى الكثير من التلاميذ.

لذلك جاءت الدراسة الحالية لتطرح التساؤل التالي:

-ما درجة الضبط الذاتي لدى تلاميذ السنة الرابعة ابتدائي؟

I-1. فرضيات الدراسة:

-أتوقع أن تكون درجة الضبط الذاتي لدى تلاميذ السنة الرابعة ابتدائي مرتفعة.

-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضبط الذاتي لدى تلاميذ السنة الرابعة ابتدائي تعزى للجنس.

I-2-أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى:

- معرفة درجة الضبط الذاتي لدى تلاميذ السنة الرابعة ابتدائي بمدينة ورقلة.

- معرفة تأثير الجنس على الضبط الذاتي لدى عينة الدراسة.

- استخدام مقياس الضبط الذاتي للكشف عن درجة الضبط الذاتي لدى عينة الدراسة.

I-3-أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة الحالية في أهمية الموضوع الذي تناولته، والمتمثلة في قياس درجة الضبط الذاتي لدى تلاميذ السنة الرابعة ابتدائي.

I-3-1- الأهمية النظرية:

- إثراء التراث النظري في جانب الضبط الذاتي.
- لفت الانتباه إلى أطفال المرحلة الابتدائية لأهميتها في حياة الفرد والمجتمع.
- الاهتمام بدراسة الضبط الذاتي عند الأطفال في المرحلة الابتدائية للتحكم فيه وعدم تركه للخبرات التي يتلقاها الأطفال بشكل عشوائي.

I-3-2- الأهمية التطبيقية:

- المساهمة في معرفة درجة الضبط الذاتي لدى أفراد العينة لأهميته في حياة الفرد والمجتمع.
- إمداد المهتمين بالطفولة بمقياس درجة الضبط الذاتي لتلاميذ السنة الرابعة ابتدائي.
- المساهمة في التعرف على الصحة النفسية لتلاميذ السنة الرابعة ابتدائي.
- تعد هذه الدراسة إضافة إلى التراث العلمي النفسي التربوي في البيئة الجزائرية.

I-4- مصطلحات الدراسة:

- الضبط الذاتي:** هو عملية التحكم في الاستجابات السلوكية، في المواقف المختلفة، وتتمثل في المراقبة الذاتية وتوكيد الذات، ونستدل عليه من خلال الدرجة التي يحصل عليها التلميذ بتطبيق مقياس الضبط الذاتي المعتمد في الدراسة.
- تلاميذ السنة الرابعة ابتدائي:** هم التلاميذ المسجلون في المدارس الابتدائية لبلدية ورقلة في السنة الرابعة ابتدائي في الموسم الدراسي 2021/2020 والذين تتراوح أعمارهم من 9 إلى 12 سنة.

I-5- حدود الدراسة:

- I-5-1- الحدود البشرية:** يركز البحث على عينة تلاميذ السنة الرابعة ابتدائي.
- I-5-2- الحدود المكانية:** المدارس الابتدائية لبلدية ورقلة.
- I-5-3- الحدود الزمانية:** من شهر أكتوبر 2020 إلى شهر ماي 2021.

I-6- مفهوم الضبط الذاتي:

- عرفه سكر (1953) بأنه كيفية إدارة المنبهات وأسلوب معالجتها بواسطة التحكم بالذات وتعزيزها (عباس، 2013: 458).
- عرفه أبو مغلي وسلامة (2002) أنه تكوين معرفي منظم موحد ومتعلم للمدركات الشعورية والتصورات والتعميمات الخاصة بالذات يبلوره الفرد ويعتبره تعريفا لذاته، ويتكون الضبط الذاتي من أفكار الفرد الذاتية المتسقة المحددة الأبعاد عن العناصر المختلفة لكيونته الداخلية والخارجية (حماد، 2017: 572).
- عرفه الجنابي (2009): هو عملية مكافأة الذات (Self-reward) من أجل زيادة أو تعزيز سلوك ما، وعقاب الذات (Self-punishment) من أجل تقليل أو كف أنماط غير مرغوبة في السلوك (مكي، 2016: 2090).
- عرفه دسوقي (1988): هو القيد الشعوري الذي يفرض على الدوافع والأهواء والميول والرغبات... الخ، ويعني قمع الغرائز والعواطف (مكي، 2016: 2090).
- عرفه شودا (1990): هو القدرة المعرفية لدى الأفراد في فرض الذات (Self-Imposed) على تأخير الإشباع (مكي، 2016: 2090).

-يعرفه (Goldfried 2007) هو العملية التي من خلالها يتعرف الفرد على العوامل الأساسية التي توجه وتعود وتنظم سلوكه والتي ينتج عنها في النهاية نتائج أو توابع معينة (معالي، 2015: 82).

-عرفه سكايفر (Schaefer 1992) بأنه أسلوب معرفي يقوم الفرد من خلاله بالتحكم بسلوكاته وأفعاله وانفعالاته عن طريق المراقبة الذاتية، والتقييم الذاتي، والتعزيز الذاتي، ومن ثم تعزيز هذا الأسلوب في المواقف المختلفة (الربيع، 2016: 1118).

-عرفه بايومستر (Baumeister 2007) بأنه هو القدرة على تغيير الفرد لاستجاباته الخاصة، لجعلها تتماشى مع المعايير والمثل والقيم، والأخلاق، والتوقعات الاجتماعية، ودعم السعي لتحقيق أهداف طويلة الأجل (الربيع، 2016: 1119).

- يعرف ولسون وأوليري (Wilson & O'Leary) ضبط الذات بأنه "أسلوب لتغيير السلوك يبدأه الفرد عادة بنفسه بهدف التأثير في سلوكه الشخصي (الصباح، 2014: 20).

ويمكننا أن نستخلص أن مفهوم الضبط الذاتي هو عملية التحكم في الاستجابات السلوكية والمعرفية والانفعالية في المواقف المختلفة، وتتمثل في:

أ-المراقبة الذاتية: هي عملية ملاحظة الفرد لاستجاباته السلوكية والمعرفية والانفعالية في المواقف المختلفة ومقارنتها مع الآخرين في المواقف المختلفة بهدف تعديل وضبط سلوكه اللفظي وغير اللفظي.

ب-توكيد الذات: هو قدرة الفرد على التعبير عن انفعالاته الحقيقية بصراحة وانفتاح، والتصرف وفق مقتضيات الموقف ومتطلبات التفاعل، والقدرة على رفض الطلبات غير المعقولة بشجاعة، والقدرة على اتخاذ القرارات المناسبة بسرعة وإيجابية، ومقاومة الضغوط الاجتماعية، والتحرر من مشاعر الذنب غير المعقولة.

I-7-الدراسات السابقة:

I-7-1-دراسة "وودو وأرنكيل" (Wood & Arneklev 1993): التي أجريت على (1000) حدثا، وكان من نتائجها وجود ضبط الذات المنخفض (البداية والتوايهة والعوران، 2011: 32).

I-7-2-دراسة العرفج (2000): التي استخدمت فيها أسلوب التدريب على الضبط الذاتي لدى تلميذات المرحلة الابتدائية وتراوحت أعمارهن ما بين (10-12) عاما، في مدينة الرياض، وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بعد تطبيق البرنامج التدريبي على الضبط الذاتي لصالح المجموعة التجريبية (الرويلي، 2019: 04).

I-7-3-دراسة جرينبرج (Greenberg 2001): هدفت إلى تدريب عينة من الأطفال على الضبط الذاتي للتحكم في السلوك العدواني، وتكونت عينة الدراسة من مجموعتين، مجموعة تجريبية مكونة من (200) طفلا، ومجموعة ضابطة مكونة من (113) طفلا من تلاميذ المرحلة الابتدائية، وأظهرت النتائج فعالية التدريب على الضبط الذاتي (حماد، 2017: 582).

I-7-4-دراسة دوجلاس وآخرون (2003): لمساعدة عينة من الأطفال الذين يعانون من النشاط الزائد واستخدم الباحثون بعض فنيات العلاج السلوكي المعرفي والمتمثلة في النمذجة والضبط الذاتي، وقد تكونت عينة الدراسة من (19) طفلا، وقد أشارت النتائج إلى فاعلية التدريب على الضبط الذاتي حيث ظهر تحسن جوهري بعد الانتهاء من البرنامج واستمر حتى بعد مضي ثلاثة أشهر (الرويلي، 2019: 05).

I-7-5-دراسة البداينة (2010): التي هدفت إلى الكشف عن أثر مستوى ضبط الذات المنخفض في سلوك المخالفة لدى قائدي المركبات في المجتمع الأردني، وتكونت أداة الدراسة من استبانة شملت مقياس سمات ضبط الذات المنخفض، وبلغ حجم العينة (3077) فردا من قائدي المركبات بكل محافظات المجتمع الأردني، وأظهرت نتائج الدراسة وجود أثر دال لكل من ضبط الذات المنخفض في سلوك المخالفة، والسلوك الذي سبق المخالفة، والمنطقة، والعمل، والنوع (البداينة والتوايهة والعوران، 2011: 32).

I-7-6-دراسة البداينة والتوايهة والعوران (2011): التي هدفت إلى معرفة العلاقة بين مستوى ضبط الذات المنخفض والسلوك الطائش لدى طلبة المدارس في المجتمع الأردني، وتكونت عينة الدراسة من (1118) تلميذ وتلميذة، وكان من نتائجها أن مستوى ضبط

الذات عند التلاميذ منخفض، وأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى ضبط الذات تعزى للجنس (البداينة والتوايهة والعوران، 2011: 35).

I-7-7-7-دراسة مصطفى (2013): والذي هدف إلى قياس ضبط الذات لدى تلميذات المرحلة المتوسطة، وقد بلغ عدد أفراد العينة (100) تلميذة، والتي كان من نتائجها أن مستوى ضبط الذات لدى عينة البحث ضعيفة (عباس، 2013: 453).

I-7-8-دراسة فلجة (2015): عن التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بوجهة الضبط والتحكم لدى الأطفال الأيتام في معهد الأمل للأيتام بغزة، لعينة من (33) طفلاً ذكراً، و(15) أنثى، وأظهرت نتائجها وجود فروق جوهريّة ذات دلالة إحصائية في وجهة الضبط الخارجية مرتبطة بنوع الطفل، لصالح الذكور (عبد الحميد، 2019: 828).

I-7-9-دراسة مقداد (2015): استهدفت بناء برنامج إرشادي لتعزيز السلوك التوكيدي لدى تلميذات المرحلة الابتدائية بمدينة عالي بمملكة البحرين، تكونت العينة من (14) تلميذة من تلميذات المرحلة الابتدائية تراوحت أعمارهن بين (11-12) سنة، اعتمدت المنهج التجريبي، وكان من نتائجها وجود تحسن في تعزيز السلوك التوكيدي، ووجود فروق دالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية (مقداد، 2015: 95).

I-7-10-دراسة عبد الحميد (2019): حول فاعلية برنامج إرشادي لتنمية وجهة الضبط لدى أطفال الروضة، على عينة من الأطفال مكونة من (29) طفلاً، تتراوح أعمارهم بين (5-6) سنوات، وكان من نتائج الدراسة وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات أطفال المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة بعد تطبيق البرنامج الإرشادي على مقياس وجهة الضبط لصالح المجموعة التجريبية (عبد الحميد، 2019: 847).

I-7-11-دراسة حنون ومكفس (2021): هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى الضبط الذاتي لدى عينة من طلبة قسم علم النفس تتكون من (110) طالبا وطالبة، وتم اتباع المنهج الوصفي التحليلي، واعتمد الباحث على مقياس الضبط الذاتي الذي قام بتصميمه، وكان من نتائجها:

-مستوى الضبط الذاتي لدى العينة متوسط.

-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضبط الذاتي لدى العينة ترجع لمتغير الجنس (حنون، ومكفس 2021: 1032).

I-8-التعقيب على الدراسات السابقة:

بالنظر إلى الدراسات السابقة نلاحظ أن أغلبها حديثة مثل دراسة حنون ومكفس (2021)، ودراسة عبد الحميد (2019)، وبعض الدراسات تناولت العينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية مثل دراسة العرفج (2000) التي تناولت الضبط الذاتي لدى تلميذات المرحلة الابتدائية وتراوحت أعمارهن ما بين (10-12) عاماً، ودراسة عبد الحميد (2019) حيث تتراوح أعمار الأطفال بين (5-6) سنوات، دراسة جرينبرج Greenberg (2001) التي تناولت الضبط الذاتي وتكونت العينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية.

II - الطريقة والأدوات :

II-1-مجتمع الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة من تلاميذ السنة الرابعة ابتدائي لبلدية ورقلة، يبلغ عددهم الكلي (4754) تلميذا وتلميذة، المتدرسين في السنة الدراسية 2021/2020.

-وصف مجتمع الدراسة من حيث الجنس:

جدول (01) يوضح عدد تلاميذ المجتمع الأصلي موزعين حسب الجنس

الجنس	ذكور	إناث	المجموع
عدد الأفراد	2414	2340	4754
النسبة المئوية	%51	%49	%100

II -2- عينة الدراسة:

قمنا بأخذ (10) مدارس ابتدائية بطريقة عشوائية بسيطة من بين 68 مدرسة تعمل فعليا في الموسم الدراسي 2020 / 2021، وكان عدد تلاميذ السنة الرابعة ابتدائي بهذه المدارس هو (610) تلميذ وتلميذة، واختارنا منهم عينة الدراسة بنسبة 40%، والتي تتكون من 244 تلميذا وتلميذة، تم اختيارهم بطريقة عشوائية بسيطة، بحيث توفرت فيها خصائص المجتمع الأصلي، وتم توزيعها كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول (02) يبين خصائص العينة من حيث الجنس

الجنس	ذكور	إناث	المجموع
عدد الأفراد	124	120	244
النسبة المئوية	%51	%49	%100

وقد استعنا بمجموعة من أساتذة التعليم الابتدائي في تطبيق المقياس على تلاميذهم.

جدول (03) يبين توزيع أفراد العينة حسب المدارس

رقم	المدرسة	عدد تلاميذ س4 ابتدائي	عدد أفراد العينة
1	عانو محمد	65	26
2	بايي الشاذلي	64	26
3	العمودي محمد الأمين	53	21
4	رابعة العدوية	71	28
5	خليل عبد القادر الغربية	68	27
6	سماحي علي	37	15
7	عباز أحمد	52	21
8	سيد روهو نصر الدين	67	27
9	حائية سرحان	55	22
10	حمي بوعامر	78	31
	المجموع	610	244

II -3- مقياس الضبط الذاتي:

قمنا بإعداد مقياس الضبط الذاتي لتلاميذ السنة الرابعة ابتدائي بعد الرجوع إلى الأدب التربوي في هذا المجال وبعد الاطلاع على مجموعة من المقاييس منها: عبد الحميد (2019)، وأبو ناهية (2016)، وأبو حسونة (2016)، وعبد الستار، وعلي (2014)، وروتر (1966).

وتم التأكد من صدق وثبات مقياس الضبط الذاتي لتلاميذ السنة الرابعة ابتدائي، الذي يتكون من 33 بنداً، ومن بعدين، بُدع المراقبة الذاتية (15 بنداً)، وبعد تأكيد الذات (18 بنداً).

III - النتائج ومناقشتها :**- عرض نتائج الدراسة وتحليلها وتفسيرها:****III-1- عرض نتائج الفرضية الأولى وتحليلها وتفسيرها:** تنص الفرضية الأولى على:

أتوقع أن تكون درجة الضبط الذاتي لتلاميذ السنة الرابعة ابتدائي مرتفعة.

لاختبار الفرضية قمنا بحساب المتوسط الحسابي للدرجات في مقياس الضبط الذاتي فكانت النتيجة كما هو موضح في الجدول

الموالي:

جدول (04) يبين نتائج اختبار 'ت' لدلالة الفروق بين المتوسط الحسابي والنظري للضبط الذاتي

Sig	درجة الحرية	قيمة t	المتوسط النظري	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	عدد الأفراد
0.00	243	11.437	66	26.252	85.22	244

من الجدول رقم (04) يتبين أن:

عدد أفراد العينة هو 244.

المتوسط النظري يساوي القيمة 66 التي تدل على درجة الضبط الذاتي المرتفعة.

الانحراف المعياري يساوي 26.252

المتوسط الحسابي = 85.22 وهو أكبر من 66 درجة

وهذا يدل على أن درجة الضبط الذاتي مرتفعة.

ولاختبار الدلالة الإحصائية للمتوسط الحسابي قمنا باستخدام اختبار 'ت' لعينة واحدة وكانت النتائج المبينة في الجدول رقم (04).

قيمة الاختبار 'ت' تساوي 11.437

درجة الحرية تساوي 243

$\text{sig} = 0.00$ وهي أقل من 0.05 وبالتالي نرفض الفرض الصفري ونقبل الفرض البديل

ومنه نكون قد تأكدنا من تحقق الفرضية الأولى، أي أن درجة الضبط الذاتي للتلاميذ مرتفعة.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة قلجة (2015) التي أظهرت نتائجها وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في وجهة الضبط

الخارجية مرتبطة، ودراسة العرفج (2000) التي توصلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بعد تطبيق البرنامج التدريبي على الضبط

الذاتي لصالح المجموعة التجريبية، ودراسة دوجلاس وآخرون (2003) التي أشارت نتائجها إلى فاعلية التدريب على الضبط الذاتي حيث

ظهر تحسن جوهري بعد الانتهاء من البرنامج واستمر حتى بعد مضي ثلاثة أشهر، ودراسة جرينبرج (2001) والتي

أظهرت نتائجها فعالية التدريب على الضبط الذاتي، ودراسة مقداد (2015) التي كان من نتائجها وجود تحسن في تعزيز السلوك التوكيدي، ودراسة عبد الحميد (2019) والتي وكان من نتائجها وجود ارتفاع في درجات أفراد العينة. وتختلف مع ما توصلت إليه دراسة البدائية (2010) أظهرت نتائجها وجود أثر دال لضبط الذات المنخفض، ودراسة البدائية والتوايهة والعيوان (2011) التي كان من نتائجها أن مستوى ضبط الذات عند التلاميذ منخفض، ودراسة "وودو وأرنكل" (Wood & Arneklev 1993) التي كان من نتائجها وجود ضبط الذات المنخفض لدى أفراد العينة، ودراسة مصطفى (2013) والتي كان من نتائجها أن مستوى ضبط الذات لدى عينة البحث ضعيف، ودراسة حنون ومكفس (2021) والتي كان من نتائجها أن مستوى الضبط الذاتي لدى العينة متوسط.

ويمكن أن يعود ارتفاع درجة الضبط الذاتي لدى أفراد العينة لسبب إحساسهم بالمسؤولية. كما يمكن أن تفسر النتيجة بوجود تطور ملحوظ في الوسائل التربوية والمستوى التعليمي للتلاميذ مقارنة مع أجيال سابقة. **III-2- عرض نتائج الفرضية الثانية وتحليلها وتفسيرها:** تنص الفرضية الثانية على: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضبط الذاتي للتلاميذ تعزى للجنس.

جدول (05) يبين الإحصاءات الوصفية متعلقة بالفرضية الرابعة.

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	الفئات	الجنس
26.079	85.28	124	ذكر	
26.539	85.16	120	أنثى	

من الجدول (05) نلاحظ أن:

- المتوسط الحسابي للذكور يقدر بـ: 85.28 والانحراف المعياري يقدر بـ: 26.079 لا يختلف عن متوسط الإناث المقدر بـ: 85.16 والانحراف المعياري المقدر بـ: 26.539.

ولمعرفة دلالة هذه النتائج وكذا التفاعل بين متغيري الجنس المؤهل استخدمنا اختبار "ت" لعينتين مستقلتين وكانت النتائج كما هي موضحة في الجدول (07)

ومن أجل قياس التجانس قام الطالب بالبحث عن دلالة اختبار "ليفين" كما يبينه الجدول (06)

جدول (06) يبين قياس التجانس باختبار "ليفين"

F	Sig.
0.067	0.796

Sig = 0.796 أكبر من 0.05 غير دال أي أنه يوجد تجانس

باستخدام اختبار "ت" لعينتين مستقلتين تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول رقم (07)

جدول (07) يوضح الفروق في الضبط الذاتي باختلاف الجنس

sig	df	F	الجنس
0.971	242	0.037	

من الجدول (07) نلاحظ أنه في حالة الجنس sig أكبر من 0.05 أي أنه:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضبط الذاتي للتلاميذ تعزى للجنس.

وتتنفق هذه النتيجة مع دراسة حنون ومكفس (2021) التي كان من نتائجها أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضبط الذاتي لدى العينة ترجع لمتغير الجنس، ودراسة البداينة والتوايهة والعوران (2011) التي توصلت إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى ضبط الذات تعزى للجنس.

وتختلف مع دراسة البداينة (2010)، ودراسة قلجة (2015) التي أظهرت نتائجها وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في وجهة الضبط الخارجية مرتبطة بنوع الطفل، لصالح الذكور، ويمكننا أن نعزو هذه النتائج إلى أن عدم ظهور فروق دالة إحصائية بين الجنسين قد يعود إلى أن الأطفال في هذه المرحلة من العمر يتفاعلون إيجابيا مع قوانين المدرسة والبرامج الدراسية بغض النظر عن كونهم ذكورا أو إناثا.

IV- الخلاصة:

الضبط الذاتي هو عملية التحكم في الاستجابات السلوكية والمعرفية والانفعالية في المواقف المختلفة، وتتمثل في المراقبة الذاتية وتوكيد الذات، ويعتبر الضبط الذاتي من أهم المواضيع النفسية والتربوية التي لها الأثر البارز على النواحي السلوكية للفرد والمجتمع، خاصة تلاميذ المرحلة الابتدائية، مما دفعنا لدراسة هذا الموضوع الحساس المتمثل في معرفة درجة الضبط الذاتي لدى تلاميذ السنة الرابعة ابتدائي. كونهم في حاجة إلى معرفة ذواتهم والسيطرة على انفعالهم بالشكل المناسب في المواقف المختلفة، وهم في حاجة إلى من يأخذ بأيديهم ويصرهم بنقاط القوة ونقاط الضعف لديهم لأنهم لم يكتسبوا القدر الكافي من الخبرة في الحياة.

ومن خلال هذه الدراسة نخرج بجملة من الاقتراحات:

- إجراء بحوث ودراسات مماثلة حول تلاميذ المرحلة الابتدائية.

- إجراء بحوث ودراسات مماثلة حول الضبط الذاتي.

-التنسيق بين الجامعات والمدارس لاستفادة من البحوث الحديثة في المجال التربوي.

- الإحالات والمراجع :

- البداينة، ذياب. والتوايهة، مريم مفلح. والعوران، حسن (2011). العلاقة بين مستوى ضبط الذات المنخفض والسلوك الطائش لدى طلبة المدارس في المجتمع الأردني، الشارقة: مجلة جامعة الشارقة للعلوم الإنسانية والاجتماعية. 8(2)، 27-49.
- حماد، هبة إبراهيم عبد الله (2017). الخصائص السيكومترية لمقياسي ضبط الذات والأفكار اللاعقلانية والعلاقة بينهما لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدينة الكرك في الأردن، مجلة العلوم التربوية، 2(3)، 568-644.
- حنون، سمية. ومكفس، عبد المالك (2021). مستوى الضبط الذاتي لدى طلبة قسم علم النفس في ضوء بعض المتغيرات، دراسة ميدانية بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة، مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية، 6(2)، 1032-1059.
- الربيع، فيصل خليل. وعطية، رمزي محمد (2016). الاتزان الانفعالي وعلاقته بضبط الذات لدى طلبة جامعة اليرموك. مجلة دراسات، العلوم التربوية، الأردن، 43(3)، 117-1136.
- الرويلي، النشمي بشير (2019). فعالية برنامج إرشاد جمعي مستند إلى لعب الأدوار في تخفيض العدوانية والنشاط الزائد لدى طلبة المرحلة الابتدائية في محافظة طريف، المجلة الإلكترونية الشاملة متعددة المعرفة لنشر الأبحاث العلمية والتربوية، ع(9) 01-13.
- الصباح، محمد ربيع إدريس (2014). فاعلية برنامج إرشادي معرفي - سلوكي لخفض درجة الاحتراق النفسي (أطروحة دكتوراه)، قسم الإرشاد النفسي، كلية التربية، جامعة دمشق: سوريا.
- عباس، منهي صبار (2013). ضبط الذات وعلاقته بالمسؤولية الاجتماعية لدى طالبات المرحلة المتوسطة، مجلة الفتح، ع(55)، 453-483.
- عبد الحميد، نهي ضياء الدين (2019). فاعلية برنامج إرشادي لتنمية وجهة الضبط لدى أطفال الروضة ساكني المقابر، مجلة الطفولة، ع(32)، 808-876.

- علي، افتخار مزهر (2014). تأثير برنامج إرشادي سلوكي معرفي في تنمية الضبط الذاتي لدى طالبات المرحلة المتوسطة، رسالة ماجستير، قسم الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي، كلية التربية الأساسية، جامعة ديالى، العراق.
- معالي، إبراهيم باجس (2015). فاعلية برنامج تدريبي في تحسين الضبط الذاتي وخفض العزلة لدى الطلبة المراهقين، الجامعة الأردنية، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، 42(01)، 79-90.
- مقداد، محمد (2015). برنامج إرشادي لتعزيز السلوك التوكيدي لدى تلميذات المرحلة الابتدائية بمملكة البحرين، مجلة دراسات نفسية وتربوية، مخبر تطوير الممارسات النفسية والتربوية، ع(15)، 85-100.
- مكّي، لطيف عازي (2016). الإثثار وعلاقته بضبط الذات لدى طلبة الجامعة، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، بغداد، مركز البحوث النفسية، مجلة كلية التربية للبنات، 27(6)، 2087-2103.