

## النحكم بالتفكير لدى طلبة المرحلة الإعدادية

الباحثة: افتخار حسين سعيد السراي أ.د سهام كاظم نمر

جامعة بغداد / كلية التربية للبنات / قسم العلوم التربوية والنفسية

استلام البحث: ٢٠٢٣/٧/٧ قبول النشر: ٢٠٢٣/٨/٢٩ تاريخ النشر: ٢٠٢٤/٤/١

<https://doi.org/10.52839/0111-000-081-016>

### المخلص

يهدف البحث الحالي التعرف على :

١. التحكم بالتفكير لدى عينة البحث
  ٢. الفروق في استراتيجيات التحكم بالتفكير لدى عينة البحث وفق متغيري الجنس والصف الدراسي
- وتحقيقاً لأهداف البحث قامت الباحثة بتبني مقياس (البوغربي، 2021) المطور من قبلها الذي اعتمد على نظرية ويلز و ديفز ( Wells&Davies,1994 ) لاستراتيجيات التحكم بالتفكير المكون من سبع مجالات هي (العقاب , الالهاء , القلق , اعادة التقييم , التحكم الاجتماعي, القمع الناجح , توجيه الذات) إذ يتألف المقياس من(٢٤) فقرة والمعد على طلبة الدراسات العليا و لغرض ملائمة لعينة البحث الحالي (طلبة المرحلة الإعدادية ) , ووضوح الفقرات وفهمها من قبلهم قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية من طلبة المرحلة الإعدادية, وبهذا الاجراء تم اضافة بعض الفقرات الى مجالات المقياس بناء على استجابة عينة التطبيق الاستطلاعي, اذ اصبح المقياس مكون من (38) فقرة بصيغته الاولية , وبعد استخراج الخصائص السايكومترية للمقياس من صدق وثبات اصبح المقياس بصيغته النهائية من (٣١) فقرة, وقد توصلت الباحثة الى النتائج الاتية :
١. ان عينة البحث يستخدمون استراتيجيات (الالهاء , القمع الناجح , توجيه الذات , اعادة التقييم , العقاب التحكم الاجتماعي ) على التوالي بشكل اكبر في حين لا يستخدمون تركيز القلق حول الفكرة عند التحكم بالتفكير.
  ٢. الإناث يستخدمون استراتيجية العقاب واستراتيجية القلق واستراتيجية اعادة التقييم اكثر من الذكور وطلبة السادس الإعدادي يستخدمون استراتيجية القلق اكثر من طلبة الصف الرابع الإعدادي في ضوء النتائج التي توصلت اليها الباحثة, توصي الباحثة الاتي:

٢وزارة التربية – مديرية تربية الكرخ الثانية, مديرية تربية الرصافة الثانية , مديرية تربية الرصافة الثالثة :

١. تأكيد ضرورة الاهتمام بطلبة المرحلة الإعدادية واعطائهم الفرص , للتعبير عن افكارهم واراتهم وتنمية قدراتهم لاجل تعزيز التحكم في افكارهم بصورة صحيحة ومن اجل حل المشكلات التي تواجههم
  ٢. من الضروري تشكيل ندوات وورش عمل ودورات تدريبية في المدارس من اجل تطوير التحكم بالتفكير عن طريق تطوير استخدام الاستراتيجيات المناسبة للتحكم في التفكير , لدى طلبة المرحلة الإعدادية .
- استكمالاً للنتائج التي تم التوصل اليها فإن الباحثة تقترح اجراء دراسات مستقبلية:
١. اجراء دراسات مماثلة للبحث الحالي لتعرف العلاقة بين التحكم بالتفكير ومتغيرات اخرى (الوعي الذاتي , اليقظة الاستراتيجية ) .
  ٢. اجراء دراسات مماثلة للبحث الحالي على عينات اخرى (مدرسون , موظفون , طلبة جامعة , اساتذة جامعة)

الكلمات المفتاحية (التحكم بالتفكير , Thought Control )

**Thought Control of Preparatory School Students**  
**Dr. Sihaam Kadh m Namir /Department of Educational and**  
**Psychological Sciences College of Education for Women -**  
**University of Baghdad/**

[sihamnemer@coeduw.uobaghdad.edu.iq](mailto:sihamnemer@coeduw.uobaghdad.edu.iq)

**Iftikhar Hussein Saeed AlSarray**

**Department of Educational and Psychological Sciences /**  
**College of Education for Women -University of Baghdad**

[Iftkhar.ali2106m@coeduw.uobaghdad.edu.iq](mailto:Iftkhar.ali2106m@coeduw.uobaghdad.edu.iq)

**Abstract**

The current research aims to identify the thought control strategies and differences in thought control strategies of the research sample according to gender and specialization. To achieve the objectives of the research, the researcher adopted the Al-Bugherbi (2021) scale based on the theory of Wells and Davis (1994) for thought control strategies, which consist of five domains (punishment, distraction, anxiety, re-evaluation, and social control) that were developed by Al-Bugherbi (2021) through adding two domains (successful repression and self-direction). The number of items on the scale consisted of 31 items with five alternatives. The results of the research showed the research sample uses strategies (distraction, successful suppression, self-direction, re-evaluation, punishment, and social control), respectively, while they do not use the strategy of focusing anxiety around the idea when controlling thought. Females use the punishment strategy, the anxiety strategy, and the re-evaluation strategy more than males. The sixth-grade preparatory students use the anxiety strategy more than the fourth-grade preparatory students. In light of the researcher's findings, the researcher recommends emphasizing the need to pay attention to preparatory school students and give them opportunities to express their thoughts and opinions and develop their abilities to enhance their ability to control their thoughts correctly and solve their problems. It is necessary to form seminars, workshops, and training courses in schools to develop thought control by developing the use of appropriate strategies.

**Keywords: thought control strategies, sixth-grade preparatory students, fourth-grade preparatory students**

## الفصل الاول (التعريف بالبحث)

اولا: مشكلة البحث :

تعد بعض استراتيجيات التحكم في التفكير, استراتيجيات غير ملائمة, نظرا لعدم فاعليتها الدائمة في وقف الافكار غير المرغوبة او التخلص منها , ففي كل حالة انفعالية يحدث اصرار في معالجة التهديد عن طريق بعض استراتيجيات التنظيم التهكمية, التي تعتمد على عمليات متنافرة ' وتعتبر بعض سلوكيات المسايرة كالتجنب والمعرفة وتنظيم الانفعال مشكلة , لأنها تحرم الفرد من فرص اكتشاف مدى قدرته على المواجهة في المواقف الفعلية . فضلا عن تدعيمها احساسه بالخطر ومنعه من اختبار مدى مصداقية هذه المعتقدات والافكار السلبية .( wells,2009 :p15 ) يسيطر التحكم بالتفكير على الافكار التي تعد غير مرغوبة والتي تلح على الفرد في كثير من الاحيان حيث تظهر العواقب النفسية للتحكم بعدة مجالات منها الجوانب العقلية والاجتماعية . ( Gross & Thomsbsh , 2007 :p136 ) وبالرغم من الجهود الكبيرة من اجل التحكم بالافكار التطفلية غير مرغوبة . فإن يمكن ان تستمر وأن استمراريته يمكن ان تشير الى فقدان الحكم العقلي والنفسى(Mclean & Bromfiled ,2007 :p121)

وبناء على ماتقدم يمكن تحديد مشكلة البحث الحالي في الاجابة عن السؤال الاتي :

\*مامدى استخدام عينة البحث التحكم بالتفكير وهل هناك فروق في استراتيجيات التحكم بالتفكير لدى عينة البحث وفقا لمتغير الجنس والصف الدراسي ؟

ثانيا: اهمية البحث:

ان موضوع التفكير من المواضيع المعرفية الهامة ويعد من الاهداف الرئيسية التي تسعى العملية التعليمية الى تحقيقها وتفعيلها لدى المتعلمين , ان التفكير له صلة مباشرة بحياة الافراد والجماعات ويساعد في التكيف مع الاوضاع ويعمل على بقاء المجتمعات ونموها وتطورها ويمكن تعليمه للطلبة من خلال تعليم استراتيجيات التحكم التفكير . ( خليل , ٢٠٠٧ : ص ١١١ ) فان أهمية السيطرة على التفكير . وخاصة الأفكار غير المرغوبة ' مفهوم معقد يتضمن مجموعة من المفاهيم ( إيقاف التفكير ، التحكم في فترات القلق، استعادة التقييم المعرفي). وهي محاولة لكبح أو قمع هذه الأفكار من خلال الجهد المبذول لعدم التفكير في الفكرة . ( Wegner. 1987:5) فتعد الحاجة الى التفكير ضرورية وذات اهمية بالغة ' حيث اكدت دراسة النجدي والشيخ (٢٠٠١) ان التفكير لا يرتبط بمرحلة عمرية معينة , فمهاراته متعلمة وتحتاج الى مران وتدريب وصبر (مشري , 2014 : 142)

مما تقدم تتضح اهمية البحث الحالي من خلال ما يأتي:

• أهمية دراسة شريحة مهمة في المجتمع وهم طلبة المرحلة الإعدادية  
• يعد البحث الحالي إضافة جديدة ومن الموضوعات المهمة للمكتبات التربوية والعلمية في العراق يستفاد منها الباحثين و الطلبة .

ثالثاً: اهداف البحث : يهدف البحث الحالي التعرف على:

١. التحكم بالتفكير لدى عينة البحث.

٢. الفروق في استراتيجيات التحكم بالتفكير لدى عينة البحث وفق متغيري الجنس و الصف الدراسي

رابعاً: حدود البحث : يتحدد البحث الحالي بدراسة التحكم بالتفكير لدى عينة من طلبة المرحلة الإعدادية في مدارس محافظة بغداد وهي كل من (مديرية تربية الرصافة الثانية, مديرية تربية الرصافة الثالثة , مديرية تربية الكرخ الثانية ) لكلا الجنسين (ذكور - اناث) للتخصص (العلمي - الادبي ) للعام الدراسي (٢٠٢٢-٢٠٢٣)

خامساً: تحديد المصطلحات : التحكم بالتفكير ( Thinking control )

عرف (Wells & Davies, 1994)

هي خطط تحكم عقلية تتمثل في محاولة الفرد في عدم التفكير بمواضيع او افكار معينة ,قد تكون مؤلمة او مزعجة او تافهة . (Wells & Davies, 1994:873).

التعريف النظري: تبنت الباحثة تعريف ويلز و ديفز (Wells&Davies,1994) لاستراتيجيات التحكم بالتفكير بوصفه تعريفاً نظرياً لتبنيها مقياس (البوغربي 2021) المعتمد عليه

التعريف الاجرائي : هي الدرجة التي يحصل عليها المستجيب من خلال اجابته على فقرات كل استراتيجية من استراتيجيات مقياس التحكم بالتفكير

## الفصل الثاني

يتضمن هذا الفصل بعض الآراء والنظريات التي فسرت مفهوم التحكم بالتفكير ، على النحو الآتي:

أولاً : اطار نظري .....

. التحكم بالتفكير (Thinking control)

• مفهوم التحكم في التفكير:

ان الاهتمام بموضوع التفكير اهتمام قديم قدم الانسان نفسه. اذ كان الامر يتطلب دائما العقل ليتكيف مع البيئة بمتغيراتها المتباينة في النوع والكم التي شكلت على مر العصور تحديات كبيرة . كان على الانسان دوماً مواجهتها ليضمن لنفسه البقاء واستمرار الحياة ' وليس أدل على ذلك من ان الاديان السماوية فقد حثت على استعمال العقل والتدبر في خلق الله والاستدلال عليه وعلى عظمته وقدرته بمختلف الوسائل والطرق العقلية الممكنة . (نوفل والريماوي ، 2008 : 22 ) ان السيطرة على الفكر هي محاولة متعمدة للسيطرة على الأفكار ، وهو ما يمتلكه الفرد عن المعلومات المتعلقة ببنيته المعرفية. إنها محاولة للسيطرة على الأفكار المؤلمة والتي لا معنى لها وغير المرغوب فيها وقمعهها ، والتي بدلاً من ذلك تصبح أكثر تكراراً. إنه شكل من أشكال التحكم العقلي والأفكار غير الوظيفية الموجودة تحتها. الأبعاد الثلاثة للارتباك والرقابة الاجتماعية والتقييم والعقاب وإعادة التقييم (Wells & Davies، 1994: 874) إن امتلاك الإنسان لقدرات معرفية متطورة ، وفي مقدمتها التفكير ، دفع العديد من الباحثين إلى الاهتمام بها على نطاق واسع ، حيث تعدّ من أرقى الأنشطة الذهنية. فهو غاية مرغوبة ومطلوبة لا يمكن للإنسان السوي الاستغناء عنها خاصة عندما تواجه مشكلة لا تستطيع حلها بالأساليب السلوكية المعتمدة (الشمسي ، 2002 : 79 ) .

• أتمودج (Wells & Davies 1994) للوظيفة التنفيذية للتنظيم الذاتي:

تبنت (Wells & Davies) أفكار (wegner، ويكنر) وطورتها هذه الاستراتيجيات لتصبح خمس استراتيجيات وتعريفها على أنها خطط التحكم العقلي المتمثل في محاولة الفرد عدم التفكير في موضوعات أو أفكار مؤلمة أو مزعجة أو تافهة )، وهي كالتالي: .

١. الالهاء (Distraction): إنها محاولة الفرد لجعل تفكيره مشغولاً بأمر آخر غير تلك التي تزعجه وتوجهه نحو مجالات الحياة الإيجابية.

٢. التحكم الاجتماعي (Social Control): وهي فحص طرائق التعامل المقبولة اجتماعياً ، من خلال التحدث مع الأصدقاء عن الأفكار غير المرغوب فيها وكيفية تعاملهم مع الأفكار المتشابهة.

٣. القلق (Worry): هو بذل الجهود للتفكير في مشاكل أخرى وإطالة التفكير في الأفكار السيئة التافهة.

١. العقوبة (Punishment) : ويعني أن الفرد يعاقب نفسه بأساليب مختلفة ، مثل الصراخ على نفسه أو ضرب نفسه للسيطرة على تفكيره.

٢. إعادة التقييم (Re\_appraisal) : تعني محاولة إعادة تفسير الفكرة غير المرغوب فيها. ودراسة صحتها والحكم عليها بأساليب مثل الطعن في صحة الأفكار أو تجربة طريقة البعض الآخر للتفكير (Wells & Davies 1994: 873)

وفقاً لهذا النموذج ، تسير العمليات على ثلاث مستويات متفاعلة:

١. المستوى الأول هو وحدة التشغيل ذات المستوى الأدنى ، وهي وحدة تشغيل تلقائية شديدة الانعكاس تعمل بشكل لا إرادي خارج نطاق الوعي ، (الزيادي ، 2012 : 322).

٢. المستوى الثاني: وحدة تشغيل التحكم المعرفي: وهي تتحكم في عمليات التنظيم الذاتي التي تشمل تقييم الأنشطة الحالية ونتائج الأحداث واختيار استراتيجيات المواجهة المناسبة (الخولي ، 2014 : 106)

٣. المستوى الثالث: المعتقدات الذاتية: ويشير إلى الوعي الذي يتجاوز معرفة المعتقدات والنظريات التي لدى الأفراد حول تصوراتهم ومعرفتهم ، مثل المعتقدات حول طرق التفكير والمعتقدات المتعلقة بفعالية الذاكرة والتحكم أو التحكم المعرفي.(الزيادي ، 2012 : 322)

يعتمد نموذج الوظيفة التنفيذية للتنظيم الذاتي على فكرة أن الناس يصبحون مضطربين لأن ما وراء المعرفة لديهم يسبب نمطاً معيناً من استجابة الحالة الداخلية التي تحافظ على المشاعر وتعزز الأفكار السلبية. وهذا النمط يطلق عليه متلازمة الانتباه المعرفي التي تتصف بالانتباه المركز على الذات الانشغال المباشر بالقلق ، والاجترار ، والسيطرة على التهديد (الخولي ، 2014 : 107). تبنت الباحثة نظرية Wells & Davies ، لأنها اعتمدت مقياس (البوغربي ، 2021) في استراتيجيات التحكم بالتفكير وذلك للأسباب الآتية :

١. أنها من النظريات الرائدة التي فسرت استراتيجيات التحكم بالتفكير ووصفت تلك الاستراتيجيات الى خمس

٢. تم تطويرها إلى سبع استراتيجيات بعد أن كانت خمس استراتيجيات وهي (الالهاء ، الضبط الاجتماعي، القلق ، العقاب ، إعادة التقييم) طورت لتصبح (إلهاء ، عقاب ، قلق ، إعادة تقييم رقابة اجتماعية ، قمع ناجح ، وتوجيه ذاتي) إذ عرفت بأنها (خطط السيطرة العقلية المتمثلة في محاولة الفرد عدم التفكير في مواضيع معينة أو الأفكار التي قد تكون مؤلمة أو مزعجة أو تافهة.

دراسات سابقة: تعد عملية مراجعة الدراسات السابقة خطوة مهمة في البحث العلمي ، حيث يمكننا من معرفة مكان دراسته بين الدراسات التي ذكرتها ، وتساعد في اختيار منهجية البحث والعينة والأساليب الاحصائية المناسبة ، كما ورد في الدراسات الاصلية.

٣.دراسة ( Wells & Davies,1994 ) : (استبيان التحكم في الفكر: لقياس الفروق الفردية في التحكم بالافكار غير المرغوبة )

أجريت الدراسة في جامعة أكسفورد بلندن ، وهدفت الدراسة إلى الوصف. تطوير والتحقق من صحة الإستبيان لتقييم الاستراتيجيات للسيطرة على الأفكار غير المرغوب فيها. تم جمع عناصر المقياس من خلال أسئلة محددة مفتوحة. تم تطبيق المقياس على عينة قوامها (251) خريجاً وطالبة جامعيين. كان هناك (125) ذكر و (126) اناث وتم استخدام تحليل العوامل. بعد التحليل الذي أظهر أن المتغير يتكون من خمسة استراتيجيات (إلهاء ، رقابة اجتماعية ، عقوبة ، إعادة تقييم، قلق) ، تم حساب معامل التكييف بين المقاييس الفرعية ، ووجد ارتباط هام بين حالات العقوبة و القلق ، ثم تم استخلاص استراتيجية القلق باستخدام معادلة ألفا كرونباخ على عينة من (229) خريجاً ، بحيث كان (72.0) لاستراتيجية الإلهاء ، ( 79.0 ) لاستراتيجية الضبط الاجتماعي: ( 71.0 ) لاستراتيجية القلق ( 64.0 ) لاستراتيجية العقاب ، ( 67.0 ) لاستراتيجية إعادة التقييم ، ثم حساب معامل الموثوقية لكل من الإلهاء (68.0) ، والرقابة الاجتماعية (83.0) ، والعقاب (67.0) ، وإعادة التقييم ( 83.0 ) والعلاقات المهمة بين استراتيجيات التحكم في التفكير والضعف العاطفي و تطوير التحكم المعرفي ، يستخدم الطلاب استراتيجيات التحكم في التفكير والتشتت (الرقابة الاجتماعية / إعادة التقييم) (Wells & Davies, ١٩٩٤).

١.دراسة (البوغربي, 2021) :

(استراتيجيات التحكم بالتفكير وعلاقتها بالشخصية الكمالية لدى طلبة الدراسات العليا)

أجريت هذه الدراسة في جامعة بغداد. هدفت الدراسة إلى التعرف على الاستراتيجيات التي يستخدمها طلبة الدراسات العليا ، ومعرفة العلاقة بين استراتيجيات التحكم في التفكير والشخصية الكمالية. ضمت عينة البحث (300) طالب وطالبة بواقع (135)طالب و (165)طالبة ، وتم تطوير مقياس استراتيجيات التحكم بالتفكير ل ( Wells & Davies 1994 ) واصبح يتالف من ٧ مجالات وهي (العقاب ، الإلهاء ، القلق ، إعادة التقييم ، التحكم الاجتماعي ، القمع الناجح ، توجيه الذات ) تم حساب معامل التكييف بين المقاييس الفرعية ، ووجد ارتباط هام بين حالات العقوبة و القلق ، ثم تم استخدام معادلة ألفا كرونباخ على عينة من (300) طالب وطالبة ، بحيث كان (0,61) لمجال إعادة التقييم(0.76) لمجال التحكم الاجتماعي ، ( 0.78 ) لمجال القمع الناجح: ( ٠,٧٢ ) لمجال توجيه الذات ( 0.63 ) لمجال للعقاب. ، ( 0. 71 ) لمجال الإلهاء، (0,71) لمجال القلق ، ، يستخدم الطلاب استراتيجيات (الإلهاء ،إعادة التقييم ،القمع الناجح ، توجيه الذات )حيث احرزت المراكز الاربعة الاولى حيث كانت هناك علاقة ارتباطية ايجابية دالة احصائيا بين كل من مجال استراتيجيات التحكم بالتفكير (إعادة التقييم ،التحكم الاجتماعي ، القمع الناجح ، توجيه الذات، العقاب ، الإلهاء ، القلق ) والشخصية الكمالية

## الفصل الثالث

منهجية البحث : في البحث الحالي تم الاعتماد على "المنهج الوصفي" الذي يستخدم في دراسة الأوضاع الراهنة الظواهر من حيث خصائصها ، أشكالها وعلاقتها و العوامل المؤثرة في ذلك ، المنهج الوصفي من الأساليب الشائعة الاستخدام بين الباحثين، وهو يهدف إلى تحديد الوضع الحالي لظاهرة معينة، ومن ثم يعمل على وصفها، (ملحم ، 2002: 324)

أولاً: مجتمع البحث : يعرف المجتمع بأنه جميع مفردات أو وحدات الظاهرة موضوع الدراسة (السماك: 1986، 50) وقد تحدد مجتمع البحث الحالي بطلبة المدارس الاعدادية للبنين والبنات للصف الرابع والسادس بفرعيه العلمي والادبي ، التابعة لمدينة بغداد : المديرية العامة لتربية بغداد / الرصافة الثانية والثالثة والكرخ الثانية) اذ بلغ عدد المدارس الاعدادية في مديرية تربية الرصافة الثانية (45) بواقع (850، 43) طالب وطالبة اما في مديرية تربية الرصافة الثالثة بلغ عدد المدارس (37) وبواقع (62,793) طالب وطالبة اما في الكرخ الثانية بلغت عدد المدارس (73) بواقع (44,744) طالب وطالبة للعام الدراسي (2022/ 2023). وجدول (1) يوضح ذلك

## جدول (1)

اعداد الطلبة مجتمع البحث موزعين بحسب المدارس و الجنس

المجموع	عدد الطلبة		عدد المدارس	المديريات
	اناث	ذكور		
٤٣,٨٥٠	١٦,٨٠١	٢٧,٠٤٩	٤٥	الرصافة ٢
٦٢,٧٩٣	٣٨,٧٥٢	٢٤,٠٤١	٣٧	الرصافة ٣
٤٤,٧٤٤	٢١,٤٥٦	٢٣,٢٨٨	٧٣	الكرخ ٢
١٥١,٣٨٧	٧٧,٠٠٩	٧٤,٣٧٨	١٥٥	المجموع

ثانياً: عينة البحث يعد اختيار العينة من بين الخطوات الهامة لإجراء أي بحث ميداني وتعرف العينة على أنها: مجموعة جزئية من مجتمع له خصائص مشتركة.

( أبو علام، ٢٠١١، ص١٦٢). وتحققاً لأهداف البحث تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية الطبقية وبأسلوب التوزيع المتساوي ، حيث تألفت عينة الدراسة الحالية من (700) طالب وطالبة بواقع (320) طالب ، (380) طالبة من طلبة المرحلة الاعدادية التي تضمن الصف الرابع والسادس ومن كلا الفرعين ، ويوضح جدول (2) ذلك



## الجدول (2)

عينة البحث موزعين بحسب المدرسة و المرحلة

المجموع	عدد الطلبة		اسم المدرسة	المديريات
	سادس	رابع		
٣٠٠	٥٠	٥٠	اعدادية النعيم للبنات	الرصافة ٢
	٥٠	٥٠	اعدادية خليل الساعدي للبنين	
	٥٠	٥٠	اعدادية صفية للبنات	
٢٠٠	٥٠	٥٠	اعدادية الفيحاء للبنات	الرصافة ٣
	٥٠	٥٠	اعدادية سهل بن سعد الساعدي للبنين	
٢٠٠	٥٠	٥٠	اعدادية الامل للبنات	الكرخ ٢
	٥٠	٥٠	اعدادية قمر بني هاشم للبنين	
٧٠٠	٣٥٠	٣٥٠	٧	المجموع

ثالثاً: أداة البحث: يطلق مصطلح ( أداة البحث ) على الوسيلة او الاسلوب التي يجمع بها الباحث البيانات والمعلومات المتعلقة بأهداف بحثه ( سليمان، 2014 : 217 ). ولتحقيق اهداف البحث الحالي تطلب توافر أداة لقياس التحكم بالتفكير, وفيما يأتي توضيح للإجراءات التي اتبعتها الباحثة في بناء أداة البحث الحالي :

-مقياس التحكم بالتفكير: بعد اطلاع الباحثة على الاطر النظرية والدراسات السابقة في مجال التحكم بالتفكير مثل دراسة (Lak, et al , 2003) ، دراسة ( Coles & Heimber 2005g, ) دراسة (Larsen et al. 2006) دراسة ( Gul& Ahmed,2015) دراسة ( Oyman,2014) دراسة (Zara & Otaghsara ٢٠١٤ ) دراسة ( Anbari etal , 2014), دراسة ( بوسعيد ، 2016) دراسة (شخار,2016) دراسة( شلال ، 2016) ودراسة (البوغربي , 2021) و قامت الباحثة بتبني مقياس التحكم بالتفكير المطور من قبل البوغربي (2021) وذلك للأسباب الآتية :

أ.من المقاييس الملائمة للبيئة العراقية  
ب.من المقاييس التي قامت( البو غربي, 2021 ) بتطويره والمعد على الدراسات العليا ويتالف المقياس من (24) فقرة والتي توزعت على( 7) مجالات وهي (العقاب , الالهاء , القلق , اعادة التقييم , التحكم الاجتماعي , القمع الناجح , توجيه الذات) وتتم الإجابة على فقرات المقياس في ضوء تدرج خماسي (تنطبق علي دائماً, تنطبق علي كثيراً, تنطبق علي أحياناً, تنطبق علي قليلاً, لا تنطبق علي) ، وتصح الفقرات الايجابية(1,2,3,4,5) , وعكسها الفقرات السلبية (1, 2, 3, 4, 5)،  
\*التجربة الاستطلاعية (وضوح التعليمات والفقرات) إذ ينصح قبل طباعة المقياس واخراجه بصورته النهائية بتطبيق فقرات المقياس على عينة صغيرة تتراوح ما بين (20-30) شخصاً (النبهان, 2004 :185) , قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة عشوائية قوامها (60) طالبا وطالبة من مدرستين اعدادية تابعة لمديرية الرصافة (الثانية, الثالثة, الكرخ الثانية) لمحافظة بغداد واختيارهم بالطريقة الطبقيّة العشوائية ومن غير عينة التحليل الاحصائي الاساسية في البحث الحالي وبواقع (30)طالب (30)طالبة وطلب منهم ابداء رأيهم في صياغة الفقرات وذكر الاستفسارات حول غموض بعض الفقرات ان وجدت وقد تبين ان التعليمات واضحة والفقرات مفهومه وتم اضافة بعض الفقرات بناءا على مقترحات العينة وجدول (3) يوضح ذلك

## جدول (3)

## توزيع الافراد وفق التطبيق الاستطلاعي

المجموع	الجنس				اسم المدرسة	المديريات
	اناث		ذكور			
	خامس ادبي	رابع علمي	خامس ادبي	رابع علمي		
٢٠	٥	--	٥	٥	اعدادية خليل الساعدي للبنين اعدادية النعيم للبنات	الرصافة ٢
٢٠	--	٥	٥	--	اعدادية خولة بنت الازور اعدادية الرافدين للبنين	الرصافة ٣
٢٠	٥	--	--	٥	اعدادية الشاكرين للبنين اعدادية خديجة الكبرى للبنات	الكرخ ٢
٦٠	١٥	١٥	١٥	١٥	٦	المجموع

\* صلاحية فقرات مقياس التحكم بالتفكير: ولغرض التأكد من صلاحية فقرات التحكم بالتفكير (البو غربي, 2021) المتبنى في البحث الحالي قامت الباحثة باستخراج الخصائص السايكومترية الاتية :  
\* الصدق : يعد الصدق أحد الوسائل المهمة في الحكم على صلاحية الفقرات وهو أكثر الصفات التي يجب أن يتصف به المقياس كما يعد أيضا من الإجراءات الضرورية لمعظم البحوث (علام: 2000، 230). ولقد تحقق لمقياس التحكم بالتفكير انواع الصدق الاتي :

\* الصدق الظاهري: يعد الصدق الظاهري أحد أنواع صدق المحتوى ويقوم هذا النوع من الصدق على فكرة مدى مناسبة المقياس أو الاختبار لما يقيسه ولمن يطبق عليهم، (سعد، 1998: 184) ولتحقيق ذلك عرضت الباحثة المقياس في صيغته الاولية المكون من (38) فقرة على عدد من المحكمين المتخصصين في مجال (علم النفس والقياس و التقويم ) البالغ عددهم (10) خبراء لإبداء أحكامهم على مدى صحتها وصلاحيتها الصياغة والملاءمة للغرض الذي تم تطويره من أجله ومدى ملاءمة الفقرات للمعايير وكذلك صحة البدائل المستخدمة للإجابة وقد تم استخدام النسبة المئوية لاستخراج اجماع آراء المحكمين حول صلاحية فقرات القياس ، حيث تكون الفقرة صالحة للقياس إذا كانت نسبة الموافقة 80% أو أكثر ، واعتمادا على آراء الخبراء والمحكمين تم حذف ( 7 ) فقرات

وهي فقرة (5) من استراتيجية العقاب و فقرة (6.4) من استراتيجية الالهاء و فقرة (5) من استراتيجية القلق و فقرة (4,5,6) من استراتيجية التحكم الاجتماعي وعلية بلغ عدد فقرات المقياس (31) فقرة كما اجمع المحكمون جميعهم ان الميزان المناسب (خماسي) لأنه يعطي اكثر حرية للمجيب للتعبير عن افكارهم .

• التحليل الاحصائي لمقياس التحكم بالتفكير: (اسلوب القوة التمييزية لفقرات المقياس بوساطة اسلوب المجموعتين الطرفيتين): حيث تعني القوة التمييزية للفقرات مدى قدرة الفقرة على التمييز بين ذو المستويات الأعلى وتلك ذات المستويات الدنيا للأفراد من حيث خاصية التي تقيسها الفقرة (Shaw ، 1967.450) ومن اجل ايجاد القوة التمييزية لفقرات مقياس التحكم بالتفكير طبقت الباحثة المقياس على عينة البحث الحالي والبالغة (800) طالب وطالبة من طلبة المرحلة الاعدادية ، الا انه تم الاعتماد على عينة قوامها (700) طالب وطالبة بسبب حذف (100) استمارة وذلك لعدم استكمال الاجابة على المقياس من قبل العينة ، واعتمدت الباحثة اسلوب المجموعتين الطرفيتين للتحقق من القوة التمييزية لفقرات مقياس التحكم بالتفكير على وفق الخطوات الآتية:-

١. تحديد الدرجة الكلية لكل استمارة.

٢. ترتيب الاستمارات تنازلياً من أعلى درجة الى أدنى درجة .

٣. تعيين نسبة الـ (٢٧%) من الاستمارات الحاصلة على الدرجات العليا في المقياس ، والـ (٢٧%) من الاستمارات الحاصلة على الدرجات الدنيا في المقياس ، لتشمل المجموعتين الطرفيتين لأنها تحقق افضل شرطين في التمييز، هما (الحجم ، والتباين).وبما ان مجموع عينة التحليل الاحصائي بلغت (700) استمارة فأن نسبة الـ (٢٧%) تكون (189) استمارة لكل مجموعة من المجموعتين

٤. (العليا، والدنيا) وعلية فان عدد الاستمارات التي خضعت للتحليل الاحصائي بلغت (700) استمارة .

٥. تطبيق الاختبار التائي (t.test) لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق الأحصائية بين المجموعتين (العليا، والدنيا) ، ولقد عدت القيمة التائية المحسوبة مؤشراً للقوة التمييزية لكل فقرة من فقرات مقياس التحكم بالتفكير ومقارنتها بالقيمة التائية الجدولية والبالغة (1,96) عند مستوى دلالة (0,05)، وبدرجة حرية (376)، تبين ان جميع فقرات مقياس التحكم بالتفكير كانت مميزة وعلية تم الابقاء على فقرات مقياس التحكم بالتفكير والبالغ عددهم (31) فقرة . وجدول (4) يوضح القوة التمييزية لفقرات مقياس التحكم بالتفكير

## جدول ( 4 )

القوة التمييزية لمقاييس استراتيجيات التحكم بالتفكير باستعمال المجموعتين الطرفيتين

رقم الفقرة	المجموعة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التباينة المحسوبة	الدلالة
<b>استراتيجية العقاب</b>					
1	عليا	3.74	1.2	18.61	دالة
	دنيا	1.66	0.95		
8	عليا	4.42	0.77	26.68	دالة
	دنيا	1.92	1.03		
15	عليا	4.27	1.03	22.21	دالة
	دنيا	1.85	1.08		
22	عليا	4.55	0.79	16.28	دالة
	دنيا	2.71	1.33		
<b>استراتيجية الالهاء</b>					
2	عليا	4.24	0.95	15.64	دالة
	دنيا	2.54	1.16		
9	عليا	4.41	0.94	12.14	دالة
	دنيا	2.89	1.44		
16	عليا	4.6	0.78	22.40	دالة
	دنيا	2.39	1.11		
23	عليا	4.51	0.8	17.96	دالة
	دنيا	2.57	1.26		
28	عليا	3.84	1.28	15.32	دالة
	دنيا	1.92	1.16		

دالة	9.95	0.84	4.53	عليا	30
		1.46	3.31	دنيا	
أستراتيجية القلق					
دالة	22.55	0.82	4.51	عليا	3
		1.12	2.24	دنيا	
دالة	23.91	1.25	3.87	عليا	10
		0.78	1.32	دنيا	
دالة	20.32	1.01	4.12	عليا	17
		1.03	1.98	دنيا	
دالة	21.80	1.23	3.74	عليا	24
		0.73	1.48	دنيا	
أستراتيجية إعادة التقييم					
دالة	3.85	1.28	3.59	عليا	4
		1.39	3.06	دنيا	
دالة	3.22	1.47	3.45	عليا	11
		1.59	2.94	دنيا	
دالة	6.38	1	4.19	عليا	18
		1.33	3.42	دنيا	
دالة	3.19	1.15	4.02	عليا	25
		1.23	3.63	دنيا	

استراتيجية التحكم الاجتماعي					
دالة	32.83	0.7	4.56	عليا	٥
		0.97	1.7	دنيا	
دالة	36.75	0.66	4.65	عليا	12
		0.92	1.63	دنيا	
دالة	29.64	0.85	4.35	عليا	19
		0.88	1.71	دنيا	
استراتيجية القمع الناجح					
دالة	24.02	0.82	4.46	عليا	6
		1.12	2.04	دنيا	
دالة	17.63	1.23	3.93	عليا	13
		1.08	1.83	دنيا	
دالة	21.26	0.86	4.28	عليا	20
		1.05	2.17	دنيا	
دالة	14.71	0.74	4.59	عليا	26
		1.4	2.9	دنيا	
دالة	23.35	0.97	4.1	عليا	29
		0.94	1.8	دنيا	
استراتيجية توجيه الذات					
دالة	19.09	1.11	4.12	عليا	7

		1.1	1.95	دنيا	
دالة	20.38	0.99	4.32	عليا	14
		1.12	2.1	دنيا	
دالة	10.19	1.28	3.63	عليا	21
		1.29	2.29	دنيا	
دالة	15.46	0.99	4.43	عليا	27
		1.37	2.54	دنيا	
دالة	3.75	1.59	2.72	عليا	31
		1.36	2.15	دنيا	

\* علاقة درجة الفقرة بدرجة الكلية للمقياس . تمثل الدرجة الكلية للمقياس بمثابة قياسات محكية آنية من خلال ارتباطها بدرجة الأفراد على الفقرات ومن ثم فإن ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس يعني أن الفقرة تقيس المفهوم نفسه الذي تقيسه الدرجة الكلية وفي ضوء هذا المؤشر يتم الأبقاء على الفقرات التي تكون معاملات ارتباط درجاتها بالدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائياً ( Lindauist , 1957:286 ) ولتحقيق ذلك قامت الباحثة باستعمال ( معامل ارتباط بيرسون ) لإيجاد العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة من فقرات مقياس التحكم بالتفكير والدرجة الكلية للمقياس ، وكانت الاستمارات الخاضعة للتحليل الإحصائي (700) استمارة وهي ذات الاستمارات التي خضعت للتحليل في ضوء أسلوب المجموعتين الطريقتين ، وتبين ان جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مقارنتها بالقيمة الجدولية لمعامل الارتباط والبالغة (0,07) عند مستوى دلالة (0,05)، ودرجة حرية (698) ، وكما موضح في جدول(5)

#### جدول ( 5 )

صدق فقرات مقاييس استراتيجيات التحكم بالتفكير باستعمال أسلوب علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية

استراتيجية العقاب			استراتيجية القلق			استراتيجية الالهاء			استراتيجية إعادة التقييم		
الفقرة	معامل الارتباط	الدلالة	الفقرة	معامل الارتباط	الدلالة	الفقرة	معامل الارتباط	الدلالة	الفقرة	معامل الارتباط	الدلالة
١	0.61	دالة	2	0.54	دالة	3	0.66	دالة	4	0.63	دالة



دالة	0.63	11	دالة	0.67	10	دالة	0.45	9	دالة	0.69	٨
دالة	0.66	18	دالة	0.64	17	دالة	0.66	16	دالة	0.67	١٥
دالة	0.58	25	دالة	0.67	24	دالة	0.62	23	دالة	0.57	٢٢
						دالة	0.52	28			
						دالة	0.44	30			
			استراتيجية توجيه الذات			استراتيجية القمع الناجح			استراتيجية التحكم الاجتماعي		
دالة	0.56	7	دالة	0.67	6	دالة	0.79	٥			
دالة	0.59	14	دالة	0.60	13	دالة	0.81	١٢			
دالة	0.44	21	دالة	0.66	20	دالة	0.76	١٩			
دالة	0.54	27	دالة	0.56	26						
دالة	0.22	31	دالة	0.66	29						

\* الثبات: بالرغم من إن مؤشر الصدق يعد أهم من مؤشرات الثبات للمقياس النفسي ، على ان المقياس الصادق بطبيعته يكون مقياساً ثابتاً بحسب الضرورة ، ولكن ليس كل اختبار ثابت هو صادق بالضرورة ، إذ قد تكون فقرات المقياس متجانسة في فقراته ولكنها تقيس سمة أخرى غير التي أعدت لقياسها ( فرج ، 1980 : 331 )

فقد استخرجت الباحثة الثبات لمقياس التحكم بالتفكير بطريقة: ثبات الفا كرونباخ للاتساق الداخلي: أن معامل الفا يزودنا بتقدير جيد للثبات في أغلب المواقف وتعتمد هذه الطريقة على اتساق أداء الفرد من فقرة إلى أخرى وتستند إلى الانحراف المعياري للاختبار والانحراف المعياري للفقرة المقررة ( ثورندايك وهيجن ، 1989 : 79) وكما هو موضح في جدول (6)

#### جدول (6)

ثبات الفا كرونباخ لمقاييس استراتيجيات التحكم بالتفكير

ت	المقياس	قيمة الثبات
1	استراتيجية العقاب	0.61
2	استراتيجية الالهاء	0.71
3	استراتيجية القلق	0.66

0.69	استراتيجية إعادة التقييم	4
0.62	استراتيجية التحكم الاجتماعي	5
0.62	استراتيجية القمع الناجح	6
0.66	استراتيجية توجيه الذات	7

مقياس التحكم بالتفكير بالصيغة النهائية : يتكون مقياس التحكم في التفكير في شكله النهائي من (31) فقرة ، ووضع خمسة بدائل للمقياس: هي (تنطبق علي دائما ، تنطبق علي كثيراً ، تنطبق علي أحيانا ، تنطبق علي قليلا ، لا تنطبق علي) حيث تكون درجة تصحيحها (1,2,3,4,5) لل فقرات الإيجابية (5,4,3,2,1) من أجل الفقرات السلبية. والجدول (7) يوضح المدى الذي تتراوح فيه درجة الفرد على كل مجال وماتشير اليه

#### جدول (7)

مدى درجات كل مجال من مجالات مقياس استراتيجيات التحكم بالتفكير والمعنى الذي تشير اليه تلك الدرجات

المعنى الذي تشير اليه الدرجات	مدى الدرجات	عدد الفقرات	المجال
تشير الدرجة (٢٠) الى استخدام العقاب في التحكم بالتفكير والدرجة (٤) الى ضعف استخدام العقاب	٢٠-٤	٤	العقاب
تشير الدرجة (٣٠) الى استخدام الالهاء في التحكم بالتفكير والدرجة (٦) الى ضعف استخدام الالهاء	٣٠-٦	٦	الالهاء
تشير الدرجة (٢٠) الى تركيز القلق ول الفكرة عند التحكم بالتفكير والدرجة (٤) الى ضعف القلق حول هذه الفكرة	٢٠-٤	٤	القلق
تشير الدرجة (٢٠) الى اعادة التقييم الفكرة والدرجة (٤) الى ضعف اعادة تقييم الفكرة	٢٠-٤	٤	اعادة التقييم
تشير الدرجة (١٥) الى استخدام التحكم الاجتماعي للتحكم بشكل اكبر بالتفكير والدرجة (٣) الى ضعف التحكم الاجتماعي للتحكم بالتفكير	١٥-٣	٣	التحكم الاجتماعي
تشير الدرجة (٢٥) الى استخدام القمع الناجح للتحكم بالتفكير	٢٥-٥	٥	القمع

الناجح			بشكل اكبر والدرجة (٥) الى ضعف استخدام القمع الناجح
توجيه	٥	٢٥-٥	تشير الدرجة (٢٥) الى استخدام توجيه الذات للتحكم بالتفكير
الذات			بشكل اكبر والدرجة (٥) الى ضعف توجيه الذات للتحكم بالتفكير

التطبيق النهائي للمقياس : بعد التحقق من اعداد الاداة و قد توافرت فيها الخصائص و المواصفات المطلوبة للمقياس أصبحت الاداة جاهزة للتطبيق النهائي ، فقد قامت الباحثة بتطبيق هذه الاداة على عينة البحث الاساسية التي تتكون من (700) طالب وطالبة من المرحلة الاعدادية وتم اختيار العينة من مدارس مختلفة اذ طبق بصورة جماعية داخل المدرسة وقدمت الباحثة للمستجيبين (الطلبة) مثلاً توضيحاً عن كيفية الاجابة عن المقياس وكيفية اختيار البدائل المناسبة لهم ، واستغرقت مدة التطبيق المقياس مدة زمنية بين (2023/1/8) - (2023/1/17) واجرت الباحثة هذه الخطوة بنفسها لضمان صدق النتائج ودقتها كما استخرجت الباحثة مدة زمنية لتطبيق المقياس اذ تراوح ما بين (10-15) دقيقة

\* الخصائص الوصفية لمقياس التحكم بالتفكير : قامت الباحثة باستخراج بعض الخصائص الوصفية

لمقياس التحكم بالتفكير، وكما هو موضح في جدول (8)

جدول (8)

الخصائص الإحصائية الوصفية لمقاييس استراتيجيات التحكم بالتفكير

الأسلوب	العقاب	الالهاء	القلق	أعادة التقييم	التحكم الاجتماعي	القمع الناجح	توجيه الذات
المؤشر							
المتوسط Mean	12.66	21.07	11.6	14.06	9.54	16.12	15.27

16	16	10	14	12	21	13	الوسيط Median
16	15	11	14	15	20	14	المنوال Mode
3.35	4.32	3.4	3.26	3.71	4.32	3.57	الانحراف المعياري Std.Dev
0.19-	0.17	0.28-	0.35	0.04-	0.19	0.15-	الالتواء Skewness
0.16-	0.28-	0.88-	0.18-	0.78-	0.18	0.56-	التفطح Kurtosis
6	5	3	4	4	9	4	أقل درجة Minimum
25	28	15	20	20	40	20	أعلى درجة Maximum

### الوسائل الإحصائية

١. استعانت الباحثة بالحقيبة الإحصائية (spss) في اجراءات اعداد الادوات وفي تحليل نتائج البحث باستعمال الوسائل الإحصائية الآتية :

٢. الاختبار التائي لعينتين مستقلتين : استعمل لاستخراج القوة التمييزية لمقياس البحث .

٣. معامل ارتباط بيرسون : استعمل لاستخراج صدق فقرات مقاييس البحث بطريقة علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية

٤. معامل الفا كرونباخ : استعمل للتحقق من ثبات مقياس البحث بطريقة الاتساق الداخلي .

٥. الاختبار التائي لعينة واحدة : استعمل لإيجاد الفرق بين المتوسطات الحسابية والفرضية لمقاييس استراتيجيات التحكم بالتفكير .

٦. تحليل التباين الثنائي : استعمل لتعرف دلالة الفروق في مقياس البحث حسب متغيري الجنس والصف الدراسي .

٧. اختبار شيفيه للمقارنات البعدية : استعمل لمتابعة دلالة الفروق في استراتيجيات القلق تبعا للصفوف الدراسية المختلفة .

## الفصل الرابع

## عرض النتائج وتفسيرها

الهدف (١) : التعرف على التحكم بالتفكير لدى عينة البحث ولتحقيق هذا الهدف قامت الباحثة بتطبيق مقاييس التحكم بالتفكير على أفراد عينة البحث البالغ عددهم (700) فرد ، وباستعمال الاختبار التائي (t-test) لعينة واحدة تبين أن الفرق دال إحصائياً ولصالح المتوسط الحسابي لاجابات الأفراد على استراتيجيات مقياس التحكم بالتفكير (العقاب ، الالهاء ، إعادة التقييم ، التحكم الاجتماعي ، القمع الناجح ، توجيه الذات) ، ولصالح المتوسط الفرضي على استراتيجية (القلق) ، إذ كانت القيم التائية المحسوبة لهذه المقارنات أعلى من القيمة التائية الجدولية والبالغة (1.96) بدرجة حرية (699) ومستوى دلالة (0.05) والجدول (9) يوضح ذلك .

## جدول (9)

الاختبار التائي للفرق بين متوسط العينة والمتوسط الفرضي مقاييس استراتيجيات التحكم بالتفكير

المقياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة
العقاب	12.66	3.57	12	4.92	1.96	699	دال
الالهاء	21.07	4.32	18	18.79	1.96	699	دال
القلق	11.60	3.71	12	2.85-	1.96	699	دال
أعادة التقييم	14.06	3.26	12	16.74	1.96	699	دال
التحكم الاجتماعي	9.54	3.4	9	4.17	1.96	699	دال
القمع الناجح	16.12	4.32	15	6.85	1.96	699	دال
توجيه الذات	15.27	3.35	15	12.14	1.96	699	دال

من ملاحظة الجدول (9) يتضح ان عينة البحث يستخدمون ( الالهاء ، القمع الناجح ، توجيه الذات ، إعادة التقييم ، العقاب ، التحكم الاجتماعي ) بشكل اكبر في التحكم بالتفكير. وتفسر الباحثة هذه النتيجة في ضوء استخدام العينة لاستراتيجيات ( الالهاء ، القمع الناجح ، توجيه الذات ، إعادة التقييم ، العقاب ، التحكم الاجتماعي ) الى ان عينة البحث لديهم معرفة باساليب التحكم بالتفكير جعلتهم يتمكنون من التنظيم والتحكم بالافكار التي تكون كفيلاً بتحقيق اهدافهم ، ، في حين لا يستخدمون (تركيز القلق) حول الفكرة

عند التحكم بالتفكير فيتجنبون القلق حول هذه الفكرة بقلق اخر. اذ اشار (Wells, 1994) ان هذه الاستراتيجية غير مفيدة في التحكم بالتفكير على المدى الطويل. (Wells & Davies 1994:872) الهدف (2) : التعرف على الفروق في استراتيجيات التحكم بالتفكير لدى عينة البحث , وفق متغيري الجنس والصف

ولتحقيق هذا الهدف استعملت الباحثة تحليل التباين الثنائي Two Way Anova ، للتعرف على دلالة الفروق في استراتيجيات التحكم بالتفكير وفق متغيري الجنس والصف لكل استراتيجية من الاستراتيجيات على حدة وكما يأتي :

أ. الفروق في استراتيجية العقاب وفق متغيري الجنس والصف: لتحقيق ذلك تم استعمال تحليل التباين الثنائي ( Way Anova Two ) والجدولان ( 10 - 11 ) يوضحان ذلك .

#### جدول (10)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستراتيجية العقاب وفق متغيري الجنس والصف

المتغيرات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
ذكر رابع علمي	72	12.07	3.37
ذكر رابع أدبي	53	12.34	4.24
ذكر سادس علمي	97	12.45	3.37
ذكر سادس أدبي	98	11.62	3.59
ذكور كلي	320	12.09	3.59
أنثى رابع علمي	100	13.19	3.52
أنثى رابع أدبي	82	13.12	3.69
أنثى سادس علمي	101	13.41	3.72
أنثى سادس أدبي	97	12.84	3.00
أناث كلي	380	13.14	3.48
رابع علمي	172	12.72	3.49
رابع أدبي	135	12.81	3.92
سادس علمي	198	12.94	3.57
سادس أدبي	195	12.23	3.35
الكلي	700	12.66	3.57

## جدول ( 11 )

نتائج تحليل التباين الثنائي للكشف عن دلالة الفروق في استراتيجية العقاب وفق متغيري الجنس والصف

الدلالة Sig	القيمة الفائية F	متوسط المربعات M.S	درجة الحرية D.F	مجموع المربعات s.of.s	مصدر التباين s.of.v
دال	14.778	184.583	1	184.583	الجنس
غير دال	1.328	16.592	3	49.777	الصف
غير دال	0.113	1.412	3	4.237	الجنس * الصف
---		12.491	692	8643.499	الخطأ
---			700	121132	الكلية

وتشير نتائج جدول ( 11 ) إلى ما يأتي :

1. هناك فرق ذو دلالة إحصائية في استراتيجية العقاب وفق متغير الجنس لصالح الاناث ، إذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (14.778) وهي أعلى من القيمة الفائية الجدولية والبالغة (3.84) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (1-692). تفسر الباحثة النتيجة بان الاناث يتعرضون اكثر لضغوطات وازمات في البيئة المدرسية , حيث تقوم الاناث بمعاقة انفسهن باستخدام استراتيجية العقاب مثل الصراخ او لوم انفسهن او الضرب للسيطرة على افكارهن السلبية او غير المرغوب بها
  2. ليس هناك فرق ذو دلالة إحصائية في استراتيجية العقاب وفق متغير الصف ، إذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (1.328) وهي أقل من القيمة الفائية الجدولية والبالغة (2.60) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (3-692). تفسر الباحثة النتيجة بان طلاب الصف الرابع والسادس اعدادي متقاربين في الاعمار ويتجنبون معاقة انفسهم و في اغلب الاحيان متشابهين في الافكار و في طريقة استخدامهم لاستراتيجية العقاب للسيطرة على افكارهم غير المرغوبة حيث يمتلكون قدرات تتقارب مع بعضها البعض في السيطرة على افكارهم لانهم متقاربون من حيث المستوى الدراسي.
  3. ليس هناك تفاعل ذو دلالة إحصائية في استراتيجية العقاب وفق متغيري الجنس والصف ، إذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (0.113) وهي أقل من القيمة الفائية الجدولية والبالغة (2.60) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (3-692) .
- ب. الفروق في استراتيجية الالهاء وفق متغيري الجنس والصف : لتحقيق ذلك تم استعمال تحليل التباين الثنائي Way Anova Two والجدولان ( 12 - 13 ) يوضحان ذلك .

جدول ( 12 )

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستراتيجية الالهاء وفق متغيري الجنس والصف

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	المتغيرات
4.31	20.51	72	ذكر رابع علمي
4.21	21.74	53	ذكر رابع أدبي
4.15	21.72	97	ذكر سادس علمي
4.25	20.62	98	ذكر سادس أدبي
4.24	21.12	320	ذكور كلي
4.36	21.21	100	أنثى رابع علمي
4.86	21.12	82	أنثى رابع أدبي
4.30	21.23	101	أنثى سادس علمي
4.13	20.57	97	أنثى سادس أدبي
4.39	21.03	380	أناث كلي
4.34	20.92	172	رابع علمي
4.61	21.36	135	رابع أدبي
4.22	21.47	198	سادس علمي
4.18	20.59	195	سادس أدبي
4.32	21.07	700	الكلي

جدول ( 13 )

نتائج تحليل التباين الثنائي للكشف عن دلالة الفروق في استراتيجية الالهاء وفق متغيري الجنس والصف

الدلالة Sig	القيمة الفائية F	متوسط المربعات M.S	درجة الحرية D.F	مجموع المربعات s.of.s	مصدر التباين s.of.v
غير دال	0.098	1.832	1	1.832	الجنس
غير دال	1.638	30.596	3	91.787	الصف
غير دال	0.764	14.269	3	42.806	الجنس * الصف



---	18.679	692	12925.750	الخطأ
---		700	323823	الكلي

وتشير نتائج جدول ( ١٣ ) إلى ما يأتي :

١. ليس هناك فرق ذو دلالة إحصائية في استراتيجيات الإلهاء وفق متغير الجنس ، إذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (0.098) وهي أقل من القيمة الفائية الجدولية والبالغة (3.84) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (1-692) . تفسر الباحثة النتيجة بان كلا الجنسين يستخدمون استراتيجيات الإلهاء لجعل تفكيرهم مشغولا بامور اخرى غير تلك التي تزعجهم
٢. ليس هناك فرق ذو دلالة إحصائية في استراتيجيات الإلهاء وفق متغير الصف ، إذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (1.638) وهي أقل من القيمة الفائية الجدولية والبالغة (2.60) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (3-692) . تفسر الباحثة النتيجة بان الافراد يعيشون بالظروف نفسها التي يمر بها المجتمع كذلك يتعلمون في نفس البيئة المدرسية نفسها وتكون طريقة التدريس مشابهه لذلك تكون طريقة تفكيرهم متقاربة في اغلب الاحيان.
٣. ليس هناك تفاعل ذو دلالة إحصائية في استراتيجيات الإلهاء وفق متغيري الجنس والصف ، إذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (0.764) وهي أقل من القيمة الفائية الجدولية والبالغة (2.60) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (3-692) .

ت. الفروق في استراتيجيات القلق وفق متغيري الجنس والصف : لتحقيق ذلك تم استعمال تحليل التباين الثنائي Way Anova Two والجدولان ( 14 - 15 ) يوضحان ذلك .

جدول ( 14 )

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستراتيجيات القلق وفق متغيري الجنس والصف

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	المتغيرات
3.33	11.19	72	ذكر رابع علمي
3.35	10.55	53	ذكر رابع أدبي
3.76	12.33	97	ذكر سادس علمي
3.78	10.50	98	ذكر سادس أدبي
3.68	11.22	320	ذكور كلي
3.56	12.23	100	أنثى رابع علمي
4.03	11.65	82	أنثى رابع أدبي

3.79	12.06	101	أنثى سادس علمي
3.53	11.69	97	أنثى سادس أدبي
3.72	11.92	380	إناث كلي
3.50	11.80	172	رابع علمي
3.81	11.21	135	رابع أدبي
3.77	12.19	198	سادس علمي
3.70	11.09	195	سادس أدبي
3.71	11.60	700	الكلي

جدول ( 15 )

نتائج تحليل التباين الثنائي للكشف عن دلالة الفروق في استراتيجية القلق وفق متغيري الجنس والصف

الدلالة Sig	القيمة الفائية F	متوسط المربعات M.S	درجة الحرية D.F	مجموع المربعات s.of.s	مصدر التباين s.of.v
دال	6.557	88.382	1	88.382	الجنس
دال	3.685	49.669	3	149.008	الصف
غير دال	1.685	22.713	3	68.139	الجنس * الصف
---		13.479	692	9327.172	الخطأ
---			700	103822	الكلي

نتائج جدول ( 15 ) إلى ما يأتي :

1. هناك فرق ذو دلالة إحصائية في استراتيجية القلق وفق متغير الجنس ولصالح الإناث، إذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (6.557) وهي أعلى من القيمة الفائية الجدولية والبالغة (3.84) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (1-692). تفسر الباحثة النتيجة بأن الإناث يركزن القلق حول الفكرة عند التحكم بالتفكير أكثر من الذكور وهذه النتيجة تتوافق مع استخدام العقاب من قبل الإناث بشكل أكبر وهذا ممكن أن يكون بسبب الضغوط النفسية التي تواجه الإناث
2. لمعرفة دلالة الفرق في استراتيجية القلق تبعا للصفوف المختلفة تم استعمال اختبار شيفية للمقارنات البعدية وجدول (16) يوضح ذلك

## جدول (16)

قيم الفروق بين الاوساط وقيم شيفيه الدرجة لتعرف الفروق في استراتيجيه القلق تبعا للصفوف المختلفة

المقارنات	العدد	المتوسط الحسابي	الفرق بين الوسطين	قيمة شيفيه الدرجة	الدلالة
رابع علمي	172	11.80	0.58		غير دال عند 0.05
رابع أدبي	135	11.21			
رابع علمي	172	11.80	0.39		غير دال عند 0.05
سادس علمي	198	12.19			
رابع علمي	172	11.80	0.70		غير دال عند 0.05
سادس أدبي	195	11.09			
رابع أدبي	135	11.21	0.98		غير دال عند 0.05
سادس علمي	198	12.19			
رابع أدبي	135	11.21	0.12		غير دال عند 0.05
سادس أدبي	195	11.09			
سادس علمي	198	12.19	1.10		دال عند 0.05 لصالح سادس علمي
سادس أدبي	195	11.09			

هناك فرق ذو دلالة إحصائية في استراتيجيه القلق وفق متغير الصف لصالح السادس علمي، إذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (3.685) وهي أعلى من القيمة الفائية الجدولية والبالغة (2.60) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (3-692). تفسر الباحثة النتيجة بان طلاب الصف السادس علمي تراودهم افكار غير مرغوبة كالرسوب في الامتحانات او عدم الحصول على معدل جيد بسبب نسيان مايتعلمه والضغطات التي يواجهونها في المدرسة مما يجعلهم يركزون استخدام استراتيجيه القلق حول الفكرة عند الحكم بالتفكير وهذا يعود للضغوط النفسية التي يواجهونها وضعف خبراتهم الحياتية . ولمعرفة دلالة

الفرق في استراتيجية القلق تبعاً للصفوف المختلفة تم استعمال اختبار شيفه للمقارنات البعدية والجدول (16) يوضح ذلك

١. ليس هناك تفاعل ذو دلالة إحصائية في استراتيجية القلق وفق متغيري الجنس والصف ، إذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (1.685) وهي أقل من القيمة الفائية الجدولية والبالغة (2.60) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (3-692) .

ث. الفروق في استراتيجية إعادة التقييم وفق متغيري الجنس والصف : لتحقيق ذلك تم استعمال تحليل التباين الثنائي ( Way Anova Two ) والجدولين ( 17 - 18 ) يوضحان ذلك .

### جدول (18)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستراتيجية إعادة التقييم وفق متغيري الجنس والصف

المتغيرات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
ذكر رابع علمي	72	13.29	2.77
ذكر رابع أدبي	53	13.87	3.23
ذكر سادس علمي	97	14.00	3.42
ذكر سادس أدبي	98	13.26	3.38
ذكور كلي	320	13.59	3.24
أنثى رابع علمي	100	14.77	3.30
أنثى رابع أدبي	82	14.35	3.28
أنثى سادس علمي	101	14.51	3.17
أنثى سادس أدبي	97	14.18	3.19
أناث كلي	380	14.46	3.23
رابع علمي	172	14.15	3.16
رابع أدبي	135	14.16	3.26
سادس علمي	198	14.26	3.30
سادس أدبي	195	13.71	3.31
الكلي	700	14.06	3.26

## جدول ( 18 )

نتائج تحليل التباين الثنائي للكشف عن دلالة الفروق في استراتيجيات إعادة التقييم وفق متغيري الجنس والصف

الدلالة Sig	القيمة الفائية F	متوسط المربعات M.S	درجة الحرية D.F	مجموع المربعات s.of.s	مصدر التباين s.of.v
دال	12.126	126.886	1	126.886	الجنس
غير دال	0.953	9.973	3	29.920	الصف
غير دال	0.847	8.861	3	26.584	الجنس * الصف
---		10.464	692	7241.275	الخطأ
---			700	145864	الكلية

وتشير نتائج جدول ( 18 ) إلى ما يأتي :

١. هناك فرق ذو دلالة إحصائية في استراتيجيات إعادة التقييم وفق متغير الجنس ولصالح الإناث، إذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (12.126) وهي أعلى من القيمة الفائية الجدولية والبالغة (3.84) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (1-692). إن إعادة التقييم هو إعادة تفسير أو عادة النظر بالفكرة الغير المرغوب فيها بأساليب مختلفة فتفسر الباحثة النتيجة إن الإناث لديهن القدرة على تقييم الأفكار ومحاولة إيجاد الجوانب الإيجابية في الفكرة وتقييم الجوانب السلبية ذلك لكي يساعدهم على قمع أو تجنب الأفكار المخجلة أو الصادمة و المقلقة لكي تكون قادرة على فهم مشاكلها والتغيير نحو الأفضل أي إن الإناث لديهن قدرات تقييم الفكرة أكثر من الذكور.

٢. ليس هناك فرق ذو دلالة إحصائية في استراتيجيات إعادة التقييم وفق متغير الصف ، إذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (0.953) وهي أقل من القيمة الفائية الجدولية والبالغة (2.60) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (3-692). وذلك بسبب تقارب مستواهم الدراسي وكذلك تقارب في العمر لانهم يمرون في فترة مراقبة تجعلهم متقاربين في الأفكار وفي تفسيرها

٣. ليس هناك تفاعل ذو دلالة إحصائية في استراتيجيات إعادة التقييم وفق متغيري الجنس والصف ، إذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (0.847) وهي أقل من القيمة الفائية الجدولية والبالغة (2.60) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (3-692) .

ت. الفروق في استراتيجية التحكم الاجتماعي وفق متغيري الجنس والصف : لتحقيق ذلك تم استعمال تحليل التباين الثنائي ( Way Anova Two ) والجدولان ( 19 - 20 ) يوضحان ذلك  
جدول ( 19 )

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستراتيجية التحكم الاجتماعي وفق متغيري الجنس والصف

المتغيرات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
ذكر رابع علمي	72	9.68	3.22
ذكر رابع أدبي	53	9.81	2.84
ذكر سادس علمي	97	9.34	3.32
ذكر سادس أدبي	98	9.79	3.45
ذكور كلي	320	9.63	3.25
أنثى رابع علمي	100	8.87	3.54
أنثى رابع أدبي	82	9.54	3.23
أنثى سادس علمي	101	9.65	3.64
أنثى سادس أدبي	97	9.78	3.57
أنات كلي	380	9.46	3.51
رابع علمي	172	9.21	3.42
رابع أدبي	135	9.64	3.07
سادس علمي	198	9.50	3.48
سادس أدبي	195	9.78	3.50
الكلي	700	9.54	3.40

جدول ( 20 )

نتائج تحليل التباين الثنائي للكشف عن دلالة الفروق في استراتيجية التحكم الاجتماعي وفق متغيري الجنس والصف

الدلالة Sig	القيمة الفائية F	متوسط المربعات M.S	درجة الحرية D.F	مجموع المربعات s.of.s	مصدر التباين s.of.v
غير دال	0.377	4.352	1	4.352	الجنس
غير دال	0.901	10.409	3	31.227	الصف

غير دال	0.878	10.145	3	30.436	الجنس * الصف
---		11.551	692	7993.064	الخطأ
---			700	71711	الكلي

وتشير نتائج جدول ( 20 ) إلى ما يأتي :

١. ليس هناك فرق ذو دلالة إحصائية في استراتيجية التحكم الاجتماعي وفق متغير الجنس ، إذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (0.377) وهي أقل من القيمة الفائية الجدولية والبالغة (3.84) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (1-692). تفسر الباحثة النتيجة بان كلا الجنسين يشاركون أفكارهم مع الآخرين من خلال التحدث لبعضهم بهدف قمعها او التقليل منها وايضا يتحدث الافراد عن افكارهم للآخرين لكي يعرفوا كيفية تعامل اقرانهم مع الافكار المتشابهه

٢. ليس هناك فرق ذو دلالة إحصائية في استراتيجية التحكم الاجتماعي وفق متغير الصف ، إذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (0.901) وهي أقل من القيمة الفائية الجدولية والبالغة (2.60) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (3-692) . ذلك لانهم يواجهون نفس الظروف والعقبات ولديهم تواصل اجتماعي مع الآخرين لذلك فهم يستخدمون استراتيجية التحكم الاجتماعي مع بعض البعض لكي تساعدهم على تقليل افكارهم السلبية

٣. ليس هناك تفاعل ذو دلالة إحصائية في استراتيجية التحكم الاجتماعي وفق متغيري الجنس والصف ، إذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (0.878) وهي أقل من القيمة الفائية الجدولية والبالغة (2.60) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (3-692) .

ج. الفروق في استراتيجية القمع الناجح وفق متغيري الجنس والصف : لتحقيق ذلك تم استعمال تحليل التباين الثنائي ( Way Anova Two ) والجدولان ( 21 - 22 ) يوضحان ذلك .

#### جدول ( 21 )

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستراتيجية القمع الناجح وفق متغيري الجنس والصف

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	المتغيرات
3.86	15.99	72	ذكر رابع علمي
4.26	16.66	53	ذكر رابع أدبي
4.06	16.56	97	ذكر سادس علمي
4.06	15.11	98	ذكر سادس أدبي
4.08	16.00	320	ذكور كلي
4.30	16.28	100	أنثى رابع علمي

4.49	16.51	82	أنثى رابع أدبي
4.59	16.05	101	أنثى سادس علمي
4.71	16.06	97	أنثى سادس أدبي
4.51	16.21	380	أناث كلي
4.11	16.16	172	رابع علمي
4.38	16.57	135	رابع أدبي
4.33	16.30	198	سادس علمي
4.41	15.58	195	سادس أدبي
4.32	16.12	700	الكلي

جدول ( 22 )

نتائج تحليل التباين الثنائي للكشف عن دلالة الفروق في استراتيجية القمع الناجح وفق متغيري الجنس والصف

الدلالة Sig	القيمة الفائية F	متوسط المربعات M.S	درجة الحرية D.F	مجموع المربعات s.of.s	مصدر التباين s.of.v
غير دال	0.258	4.791	1	4.791	الجنس
غير دال	1.557	28.968	3	86.905	الصف
غير دال	1.007	18.740	3	56.220	الجنس * الصف
---		18.603	692	12873.606	الخطأ
---			700	194858	الكلي

وتشير نتائج جدول ( 22 ) إلى ما يأتي :

١. ليس هناك فرق ذو دلالة إحصائية في استراتيجية القمع الناجح وفق متغير الجنس، إذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (0.258) وهي أقل من القيمة الفائية الجدولية والبالغة (3.84) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (1-692). تفسر الباحثة النتيجة بان كلا الجنسين يحاولون استخدام افكار ايجابية لقمع الافكار السلبية او الغير مرغوب فيها فان طلبة المرحلة الاعدادية يمرون في فترة مراهقة فهم يحاولون قمع هذه الافكار بنجاح لكي لا تؤثر على دراستهم وحياتهم الشخصية .



٢. ليس هناك فرق ذو دلالة إحصائية في استراتيجية القمع الناجح وفق متغير الصف ، إذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (1.557) وهي أقل من القيمة الفائية الجدولية والبالغة (2.60) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (3-692) . هذا يعني ان المرحتين لديهم القدرة على قمع الافكار الغير مرغوبة فيها من خلا استراتيجية القمع الناجح وتحويلها الى افكار ايجابية, لان تفكيرهم في هذه المرحلة يصبح مستقر نوعا ما

٣. ليس هناك تفاعل ذو دلالة إحصائية في استراتيجية القمع الناجح وفق متغيري الجنس والصف ، إذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (1.007) وهي أقل من القيمة الفائية الجدولية والبالغة (2.60) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (3-692) .

ح. الفروق في استراتيجية توجيه الذات وفق متغيري الجنس والصف : لتحقيق ذلك تم استعمال تحليل التباين الثنائي ( Way Anova Two ) والجدولان ( 23 - 24 ) يوضحان ذلك .

#### جدول ( 23 )

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستراتيجية توجيه الذات وفق متغيري الجنس والصف

المتغيرات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
ذكر رابع علمي	72	14.72	3.31
ذكر رابع أدبي	53	15.74	2.91
ذكر سادس علمي	97	15.59	3.02
ذكر سادس أدبي	98	14.97	3.30
ذكور كلي	320	15.23	3.17
أنثى رابع علمي	100	14.92	3.63
أنثى رابع أدبي	82	15.91	3.14
أنثى سادس علمي	101	15.75	3.63
أنثى سادس أدبي	97	14.73	3.42
أناث كلي	380	15.31	3.50
رابع علمي	172	14.84	3.49
رابع أدبي	135	15.84	3.04
سادس علمي	198	15.67	3.34
سادس أدبي	195	14.85	3.35
الكلي	700	15.27	3.35

## جدول ( 24 )

نتائج تحليل التباين الثنائي للكشف عن دلالة الفروق في استراتيجية توجيه الذات وفق متغيري الجنس والصف

الدلالة Sig	القيمة الفائية F	متوسط المربعات M.S	درجة الحرية D.F	مجموع المربعات s.of.s	مصدر التباين s.of.v
غير دال	0.059	0.654	1	0.654	الجنس
غير دال	2.412	26.825	3	80.453	الصف
غير دال	0.183	2.035	3	6.105	الجنس * الصف
---		11.122	692	7696.765	الخطأ
---			700	171098	الكلي

وتشير نتائج جدول ( 24 ) إلى ما يأتي :

١. ليس هناك فرق ذو دلالة إحصائية في استراتيجية توجيه الذات وفق متغير الجنس، إذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (0.059) وهي أقل من القيمة الفائية الجدولية والبالغة (3.84) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (1-692). ان كلا الجنسين يستخدمون استراتيجية توجيه الذات لتحفيزهم لتحكم في الفكرة او الموقف بطريقة تساعدهم بعدم تكرارها في المستقبل اي ان عندما يكون هناك تنظيم وتوجيه لسلوكياتهم هنا يستطيعون ان يتغلبوا على الافكار السلبية التي تراودهم.
٢. ليس هناك فرق ذو دلالة إحصائية في استراتيجية توجيه الذات وفق متغير الصف، إذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (2.412) وهي أقل من القيمة الفائية الجدولية والبالغة (2.60) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (3-692)، وهذا يعني ان الافراد من كلا المرحلتين يستخدمون استراتيجية توجيه الذات تؤدي الى تحفيزهم للتحكم في افكارهم السلبية والتخلص منها، فهذا يعني ان الافراد يستطيعون توجيه ذواتهم والسيطرة على افكارهم التي تراودهم وتحويلها الى افكار ايجابية.
٣. ليس هناك تفاعل ذو دلالة إحصائية في استراتيجية توجيه الذات وفق متغيري الجنس والصف، إذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (0.183) وهي أقل من القيمة الفائية الجدولية والبالغة (2.60) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (3-692).

## ملخص النتائج:

١. ان عينة البحث يستخدمون استراتيجيات (الالهاء ,القمع الناجح ,توجيه الذات , اعادة التقييم , العقاب التحكم الاجتماعي ) على التوالي بشكل اكبر في حين لا يستخدمون تركيز القلق حول الفكرة عند التحكم بالتفكير.

٢. الاناث يستخدمن استراتيجية العقاب واستراتيجية القلق واستراتيجية اعادة التقييم اكثر من الذكور وطلبة السادس الاعدادي يستخدمون استراتيجية القلق اكثر من طلبة الصف الرابع الاعدادي .

## \* التوصيات

في ضوء النتائج التي توصلت اليها الباحثة، توصي الباحثة الاتي:

②وزارة التربية – مديرية تربية الكرخ الثانية, مديرية تربية الرصافة الثانية , مديرية تربية الرصافة الثالثة :

١. تأكيد ضرورة الاهتمام بطلبة المرحلة الاعدادية واعطائهم الفرص , للتعبير عن افكارهم وآرائهم وتنمية قدراتهم لاجل تعزيز التحكم في افكارهم بصورة صحيحة ومن اجل حل المشكلات التي تواجههم
  ٢. من الضروري تشكيل ندوات وورش عمل ودورات تدريبية في المدارس من اجل تطوير التحكم بالتفكير عن طريق تطوير استخدام الاستراتيجيات المناسبة للتحكم في التفكير , لدى طلبة المرحلة الاعدادية .
- \*المقترحات:

استكمالاً لنتائج التي تم التوصل اليها فان الباحثة تقترح اجراء دراسات مستقبلية:

١. اجراء دراسات مماثلة للبحث الحالي لتعرف العلاقة بين التحكم بالتفكير ومتغيرات اخرى (الوعي الذاتي ,اليقظة الاستراتيجية ) .
٢. اجراء دراسات مماثلة للبحث الحالي على عينات اخرى (مدرسين , موظفين ,طلبة جامعة , اساتذة جامعة).

المصادر العربية :

١. أبو علام، رجاء محمد، (٢٠١١): مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية، القاهرة، دار النشر للجامعات، ط٦.
٢. بوسعيد، (٢٠١٦): التحكم في الفكر وتنظيم الانفعال كمنينات وظهور الاكتئاب لدى الطلبة دراسه مودانى به جامعة قاصدي مرباح بوريطة، رسالة ماجستير، كلية العلوم الانسانيه والاجتماعيه، جامعه قاصدي مرباح ورقله، الجزائر.
٣. البوغربي ، سمارة ستار غافل ( ٢٠٢١): استراتيجيات التحكم بالتفكير وعلاقته بالشخصية الكمالية لدة طلبة الدراسات العليا، رسالة ماجستير ، جامعة بغداد \_ كلية التربية للبنات
٤. ثورندايك ، روبرت وهيجن ، اليزابيث ( ١٩٨٩ ) : القياس والتقويم في علم النفس والتربية ، ترجمة عبدالله زيد الكيلاني وعبد الرحمن عدس ، مركز الكتب الأردني ، عمان.
٥. خليل ، كمال محمد (٢٠٠٧) مهارات التفكير التباعدي دراسة تجريبية ، دار المناهج ، عمان، الأردن
٦. الخولي ، محمد عبدالله عبد الظاهر، (٢٠١٤) ، التحكم في الفكر ومعتقدات ما وراء المعرفة واستراتيجيات التحكم في الفكر كمنينات بالاكتئاب لدى المراهقين ، جامعة اسيوط ، مصر
٧. الزيايدي ، احمد محمد حسين ، (٢٠١٢)، عوامل ما وراء المعرفة وعلاقتها بالاضطرابات الانفعالية و بالعصابية ، دراسة في التركيب العملي والصدق التكويني لمقياس ما وراء المعرفة ، مجلة جامعة ام القرى للعلوم التربوية والنفسية ، السعودية ، المجلد الرابع ، العدد (٢)
٨. سعد ، عبد الرحمن (١٩٩٨) القياس النفسي النظرية والتطبيق، ط٣، دار الفكر العربي للطباعة والنشر، القاهرة
٩. سليمان ، عبد الرحمن سيد ، (٢٠١٤): مناهج البحث، عالم الكتب للنشر والتوزيع ، القاهرة

١٠. السماك، محمد ازهر (١٩٨٦) : أصول البحث العلمي، ط ٢، مطبعة جامعة صلاح الدين.
١١. شخار (٢٠١٦) : دمج الفكر و التحكم في الفكر كمنبئات باعراض الوسواس القهري لدى عينه من طلبة الجامعة دراسة ميدانية بجامعة قاصدي مرباح - روقه، رسالة ماجستير كلية العلوم الانسانية والاجتماعية جامعة قاصدي مرباح ورقلة ، الجزائر
١٢. شلال ، فلاح حسن ، (٢٠١٦): استراتيجيات التحكم بالتفكير وعلاقتها بالتيقظ الذهني لدى طلبة الجامعة ، رسالة ماجستير منشورة ، كلية الاداب ، الجامعة المستنصرية ' العدد م / ٨١٥ .
١٣. الشمسي ، عبد الامير عبود، (٢٠٠٢) ، اساليب التفكير عند طلبة الجامعة ، مجلة العلوم التربوية والنفسية ، عدد (٤٨) ، تصدرها الجمعية العراقية للعلوم التربوية والنفسية ، جامعة بغداد
١٤. علام ، صلاح الدين محمود، (٢٠٠٠) : القياس والتقويم النفسي والتربوي ، ط ١ ، دار الفكر العربي ، القاهرة\_مصر
١٥. فرج ، صفوت (١٩٨٠) : القياس النفسي ، ط ١ ، دار الفكر العربي ، القاهرة.
١٦. مشري، سلاف ، (٢٠١٤): التفكير الناقد واهميته للمتعلم في اطار التعليم الالكتروني ، مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية ، (١٦).
١٧. ملحم، سامي محمد (٢٠٠٢) مناهج البحث في التربية وعلم النفس. - عمان: دار المسير للنشر
١٨. النبهان ، موسى (٢٠٠٤): اساسيات القياس في العلوم السلوكية ، دار الشروق للنشر والتوزيع ، عمان
١٩. نوفل ، محمد بكر ، الريماوي ، محمد عودة (٢٠٠٨) ، تطبيقات عملية في تنمية التفكير باستخدام عادات العقل ، دار المسيرة للنشر ' الاردن - عمان

## المصادر الاجنبية:

1. Anbari, f., Mohammadkhani, p., & Dogaheh, E.R., (2014): Thought control strategies in generalized anxiety disorder and major depressive disorder and their relationships with trait anxiety, practice in clinical psychology.
2. Coles, M.E., & Heimberg, R.G. (2005): Thought control strategies in generalized anxiety disorder. cognitive therapy and research, New York.
3. Gross, J. & thombsh, R. (2007) : Emotional regulation , conceptual foundations, from handbook of emotion regulation , Guilford press , NY , USA .
4. Gul, A, & Ahmad, H, (2015) : Thought control strategies predict emotion regulation abilities in patients with frontal lobe epilepsy , neuroscience discovery , vol 3, 1-7 , pakista
5. Lak, Z., Abolghasemi, A., Moazedian, A., & Rahmani, P. (2013): Relationship between metacognitive beliefs and thought control strategies with panic disorder symptoms in female students , J. Life Sci. Biomed., 3(6): 459-463.
6. Larsen, K., Schwartz, S., Whiteside, S., & et al. (2006): Thought control strategies used by parents reporting postpartum obsessions . Journal of cognitive psychotherapy, 20 , 435–445.
7. Lindauist, E.F. (1957): Educational Measurement, Washington American Council.
8. Martin, R. & Dahlen, E. (2005) : Cognitive emotion regulation in the prediction of depression , anxiety , stress , and anger , Joubrnal of personality and Individual Defferences , 39 , (1249 – 1260)
9. Mclean, A., & Broomfield, N. (2007) : How does thought suppression impact upon beliefs about uncontrollability of worry , behavior research and therapy , 45, 120-127
10. Oyman, S. (2014): The moderation effect of the thought control strategies on relationship between severity of obsessive compulsive symptoms and metacognitions , European journal of research on education. 116-123
11. Shaw, M.E. (1967) Scales for the Measurement of Attitude, New York, McGraw – Hall.
12. Wegner, D., & Zanakos, S. (1994): Chronic thought suppression . journal of personality , University of Virginia..
13. Wells, A. (2009) : Metacognitive therapy for Anxiety and depression . London , Uk : Guilford press
14. Wells, A., & Davies, M. (1994): The thought control questionnaire : a measure of individual differences in the control of unwanted thought . behaviour research and therapy, London.
15. Zare, H., & Otaghsara, S. (2014): A comparison of thought control strategies among students with constructive problem solving and problem solving counterproductive in the secondary schools of western bandpei in bobol city . international journal of economy, management and social sciences, Iran