مستوى إشباع الحاجات النفسية و التحكم الذاتي لدى طلبة الجامعة في مدينة أربيل

أ.م.د. مها حسن بكر

Received: 24/11/2020 Accepted: 19/1/2021 Published: 2021

مستوى إشباع الحاجات النفسية و التحكم الذاتي لدى طلبة الجامعة في مدينة أربيل

أ.م.د. مها حسن بكر
كلية الأداب-جامعة صلاح الدين/ أربيل-قسم علم النفس
Maha.bakir@su.edu.krd
07504888537

المستخلص:

يهدف البحث الحالي الى التعرف على مستوى كل من (الحاجات النفسية والتحكم الذاتي) لعينة البحث، والتعرف على الفروق في المتغيرين مع المتغيرات الديموغرافية للبحث (الجنس، التخصص، المرحلة) والعلاقة بين الحاجات النفسية والتحكم الذاتي. ولغرض تحقيق اهداف البحث تم الاستفادة من مقياس (Deci &Ryan,2000) المعد للحاجات النفسية فضلاً عن الاطلاع على الاطر النظرية والدراسات السابقة للحاجات النفسية، وتبنت الباحثة مقياس (الخفاجي، 2002) للتحكم الذاتي، وتم تطبيق المقياسيين على (128) طالباً وطالبة من المرحلة الثالثة والرابعة في جامعة صلاح الدين/ اربيل بعدما تم اختيارهم عشوائياً، وبأستخدام الحقيبة الأحصائية SPSS توصلت الباحثة الى النتائج الاتية: إنخفاض مستوى الحاجات النفسية والتحكم الذاتي لعينة البحث وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متغير الحاجات النفسية مع المتغيرات الديموغرافية للبحث، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التحكم الذاتي وكل من التخصص والمرحلة لصالح التخصص العلمي والمرحلة الرابعة وعدم وجود فروق في متغير الجنس بالنسبة للتحكم الذاتي، وفي النهاية توصلت الباحثة الى عدد من التوصيات والمقترحات.

الكلمات المفتاحية: الحاجات النفسية – التحكم الذاتي – طلبة الجامعة.

-الفصل الاول/ الإطار العام للبحث.

1. مشكلة البحث:

أن إعداد الفرد المتمتع بالصحة النفسية هدف اساس يسعى اي نظام لتحقيقه، لما له من أثار عظيمة في بناء الشخصية السوية للفرد التي تتصف بالاتزان النفسي، والقدرة على التوافق الذاتي وتحقيق الراحة النفسية، مما يعود بالنفع على كل من الفرد والمجتمع على السواء. ينظر الى الحاجات في علم النفس بأعتبارها ضرورات بايولوجية ونفسية واجتماعية ، ويترتب على اشباعها تحقيق الاستقرار الداخلي للفرد والتوافق النفسي والاجتماعي، ويؤدي عدم أشباعها الى التوتر والقلق مما يدفع بالانسان لان يسلك سلوكاً معيناً لتحقيق هذه الحاجات. ينتج عن إشباع الحاجات النفسية وصول الفرد الى حالة من التكامل في الشخصية والنمو الاجتماعي والتي تتمثل في الاستقلالية والكفاءة في الانتماء، والتي يمكن أن تحدد العمليات النمائية التي تتضمن: الدافعية الداخلية، وتبني الفرد لمعايير وقيم وسلوك الجماعة والمجتمع، والتكامل الانفعالي، وان عدم إشباع الحاجات النفسية أو إحباط إشباعها يؤدي للتشتت والاغتراب أكثر من التوحد والاندماج (Deci&Ryan,2000:68-78).

وان عميلة أشباع الحاجات ليست بالامر السهل لأنها تتوقف على نوع الحاجة ومدى أشباعها فضلاً عن قيم المجتمع وعاداته والطرق المتاحة لإشباع الحاجات، لهذا فأن نوع و مستوى اشباع الحاجات تختلف من شخص لأخر ومن مجتمع لأخر، ويرى بعض علماء النفس ان الخاصية الرئيسة المميزة لسلوك الفرد هي ما يتصف به السلوك من وعي، اي

وعي الفرد بكل تصرفاته وسلوكه ومدى قدرته على تنظيم سلوكه والتحكم به خصوصاً أثناء أرضاء دوافعه(Deci&Ryan,2000:88). وان التحكم الذاتي يشير الى السلوك في المواقف التي فيها يجب على الفرد مراقبة أفعاله الخاصة بطريقة ما في غياب أي من التدعيم الخارجي أو المقيدات الخارجية في الموقف الحالي، وان مصطلح التحكم الذاتي يدل ضمنياً على أن هناك نوعاً من الحافز المباشر يدعو الى التصرف بطريقة واحدة ولكن الفرد (يسيطر على نفسه) ويتصرف بالاسلوب البديل الذي لا يجهز أو يقدم الاشباع الفوري (Liebert & Spigler, 1970: 10) . وترى الباحثة أن الافراد المدركون بدرجة عالية لسلوكهم يكونون أكثر أتساقاً في كيفية تصرفهم واشباعهم لحاجاتهم وتحقيق اهدافهم ورغباتهم في مواقف مختلفة، من الافراد غير المدركين جداً لسلوكهم، لأن الافراد الذين لديهم وعي ذاتي يكونون اكثر تحكماً وضبطاً لذواتهم وسلوكهم. ان تنمية التحكم الذاتي لدى الأفراد بمثابة الحصن النفسي الواقي من الانحرافات السلوكية والاضطرابات النفسية وكذلك من الوقوع تحت تأثير المواقف والحالات السلبية، وهذا ماتوصلت اليه دراسة (زاخاروفا، 1990). التي اظهرت ان التحكم الذاتي يعد تكويناً منظماً وبنية شخصية يرتبطان بتقويم وتقدير الذات وضبط السلوك العدواني والضبط الانفعالي، وان التوافق النفسي الجيد هو قدرة الفرد على التحكم بسلوكه وأفكاره مما ينعكس ذلك في قدرته على التعامل مع ضغوط الحياة المختلفة والعقبات التي يواجهها في تحقيق اهدافه ورغباته وحاجاته فضلاً عنتحقيق توافقه الاجتماعي مع افراد مجتمعه (الالوسي،2001، 15). بحكم تدريس الباحثة للشباب الجامعي وتخصصها فقط وجدت هناك اشكالات كثيرة بخصوص قدرة الشباب على مستوى وكيفية اشباع حاجاتهم ومدى تحكمهم وضبطهم لذواتهم، حيث قامت الباحثة بطرح بعض الاسئلة المفتوحة لطلبة الجامعة ومن خلال اجابتهم شعرت بمشكلة البحث وضرورة دراسة هذين المتغيرين لدى طلبة الجامعة: حيث تكمن مشكلة البحث بالاجابة عن السؤال الاتي:
هل توجد علاقة إرتباطية إشباع بين الحاجات النفسية والتحكم الذاتي

2. أهمية البحث:

يقصد بالحاجات النفسية المطالب النفسية والفطرية الاساسية التي يحتاجها الانسان أثناء نموه النفسي والاجتماعي والذي يساهم في بناء شخصيته وفهمها والتحكم بها وضبطها وتقييمها. لقد وجد العلماء امثال "جوش" ان إشباع الحاجات هو المدخل الرئيسي لإحداث التوازن لدى الفرد من الناحية الفيزيولوجية والنفسية والاجتماعية، أي هي التي تقود الفرد للتوافق مع نفسه ومع من حوله (Josh,1993,303). وأشار "موراي" إلى الحاجة كمفهوم افتراضي يرتبط بالعمليات الفسيولوجية الكامنة في المخ، وتستثار هذه الحاجة داخليا أو خارجيا في كلتا الحالتين لتحرك الفرد للقيام بنشاط ما حتى يتم إشباعها، وقد افترض وجود الكثير من الحاجات الأساسية مثل الحاجة الى الانتماء والقوة والسلطة (Brien & et al.,2012) بينما افترض " ماسلو" قائمة من الحاجات الفطرية المتسلسلة على نحو هرمي، ومرتبة وفق قوة هذه الحاجة وفاعليتها، ويبدأ هذا الهرم بالحاجات الفسيولوجية، وينتهي بحاجة تحقيق الذات، وتشبع هذه الحاجات وفق ترتيب هرمي، وقد اعتمد "ماسلو" في ترتيبه على قوة الحاجات، ففي المستويات الدنيا في الترتيب الهرمي كانت الحاجة إلى تلبيتها أشد إلحاحا، أما في المستويات العليا فهي مميزة للإنسان بشكل أكبر
(Michailidou&Vlachopoulos,2006:66) وتعد الحاجات النفسية من المحددات الرئيسية التي يجب التعرف عليها كي نستطيع فهم السلوك، بل يمكن القول بأنها المفتاح الحقيقي لفهم السلوك وضبطه وتنميته، وسلوك الانسان يظهر فيه مظاهر الاضطراب خصوصاً عندما يواجه صعوبات

تحول دون قدرته على إشباع حاجاته، ومن هنا يمكن إدراك طبيعة واهمية الحاجات النفسية، فالحاجات النفسية ومنذ زمن طويل كانت ولاتزال من المجالات الخصبة للبحوث والدراسات العلمية والتجريبية والتأملية. وتبرز اهمية البحث الحالي بربط الحاجات النفسية بالتحكم الذاتي، لان الحاجات من الممكن ان تجعل الانسان متوتراً لعدم اشباعها او يفقد توازنه بسببها، والتحكم الذاتي يؤدي دوراً فعالاً في التوافق النفسي والاجتماعي اي مع الذات ومع الاخرين، حيث تكمن اهميته في قدرة الفرد في توجيه ذاته وتنظيمها وتعديل جوانب سلوكه وافكاره وانفعالاته واتجاهاته، أي يمتد تأثيره الى ابعاد الشخصية بحيث يمكن السيطرة على كثير من الافعال غير المناسبة (حبيب، 1997، 50). اما هورني فقط بينت بأن التحكم الذاتي قوة كامنة للاحتفاظ بالاندفاعات المتصارعة تحت السيطرة كي لا تجعل المشاعر تنجرف تحت تأثير الصراع (هورني، 1988، 94). هذا وقد بينت دراسة " رودولف، 1995" ان التحكم الذاتي هو احدى المحكات البنيوية الاساسية في بنية الذات بعلاقتها مع الاخرين، (الجنابي، 2006، 9). على التحكم بأفعاله الخاصة والسيطرة عليها تكون الى حد كبير هي الدالة على معرفته وسيطرته على العوامل الوضعية الجارية، وهذا يعني ان مهارة التحكم الذاتي تكون متصلة وبشكل قوي بقدرة الفرد على تمييز الانماط والاسباب التي تؤثر في السلوكيات لتكون منظمة (Mahone&Thoreson,1974:9) ويبين "باندورا وولترز، 1963" أن التحكم الذاتي عملية كف الاستجابة ينجم منها تعزيز الذات، وأن عملية كف الاستجابة وعدم كفها تتأثر بدرجة كبيرة بالنماذج المؤثرة، أي ان الشخصيات ذات الشأن والمكانة التي يلاحظها الفرد يتأثر بها ويتعلم منها منذ الطفولة (Bandora&Walter,1963,220)، ولغرض الوصول الى مستوى التحكم الذاتي علينا الإدراك وفهم العوامل الداخلية التي تؤثر في افعالنا وكيفية أبدالها لكي تحدث التغيرات التي نرغب بها، وان هذا والفهم يبدأ من خلال ملاحظة النماذج ومايجري واستخدام التقنيات الخاصة لتغيير أشياء محددة مثل أنماط التفكير أو البيئة الطبيعية (Mahone&Thoreson,1949:9) وتكمن اهمية البحث في اختيارها للمتغيرين (الحاجات النفسية والتحكم الذاتي) ولدى شريحة مهمة في المجتمع وهم الشباب الجامعي التي تقع على عاتقها مسؤولية البناء والتغيير نحو الافضل، وعليه بات من الضروري معرفة رغباتهم وحاجاتهم ومستوى اشباعهم لها ورضاهم عن طرق الاشباع ومستواه فضلاً قدراتهم على حكمهم وتحكمهم وسيطرتهم على ذواتهم.

3. اهداف البحث: تهدف الباحثة في بحثها الحالي التعرف على:

أ. مستوى متغيري البحث (الحاجات النفسية، والتحكم الذاتي) لعينة البحث.

ب. هل توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الحاجات النفسية والمتغيرات الديموغرافية للبحث (الجنس، التخصص، المرحلة).

ج. هل توجد فروق ذات دلالة احصائية بين التحكم الذاتي والمتغيرات الديموغرافية للبحث (الجنس، التخصص، المرحلة).

د. معامل الأرتباط بين متغيري البحث (الحاجات النفسية والتحكم الذاتي).

حدود البحث: يتحدد البحث الحالي بطلبة جامعة صلاح الدين/ أربيل الصف (3-4) في مدينة اربيل. (2020).

4. تحديد المصطلحات:

أ. **الحاجات النفسية** (Psychological Needs)

يعرفه "Deci&Ryan,2000" الحاجات النفسية بأنها عبارة عن مطالب نفسية فطرية وأساسية للوصول الى السعادة والتكامل والنمو النفسي وهي تتمثل في الحاجة الى الاستقلال والكفاءة والانتماء.

-الاستقلالية autonomy: ويقصد بها شعور الفرد بأن أنشطته وأهدافه من اختياره، وتعكس إرادته وتتفق مع قيمه ومفهومه لذاته.

-الكفاءة competence: ويقصد بها رغبة الفرد في التعامل بفاعلية مع البيئة المحيطة والوصول الى الاهداف المرغوبة.

- الانتماءrelatedness ويقصد به استعداد الفرد للتواصل مع الاخرين والتفاعل معهم بأسلوب تعاوني ينطوي على الاهتمام والروابط الحميمة (Deci&Ryan,2000:229).

-التعريف النظري للباحثة: تبنت الباحثة تعريف "Deci&Ryan,2000" لأعتمادها عليه في تطوير مقياسه للحاجات النفسية بما يتلاءم مع مجتمع البحث وعينته.

-التعريف الاجرائي: هي الدرجة التي يحصل عليها المستجيب أثناء اجابته على مقياس المعد للحاجات النفسية.

ب. **التحكم الذاتي: (Self – Control)**

يعرفه "الخفاجي،2002"محاولة الفرد لتعديل سلوكه ذاتياً في ضوء محكات مرجعية (داخلية أو خارجية) بحيث يستطيع تأجيل اشباع رغباته العاجلة بغية تحقيق اهداف مرغوبة (له ولمجتمعه) سواء أكان ذلك مع وجود التدعيم الخارجي أم في غيابه ، إذ عند ترتيب حالات بيئية معينة فإن الفرد يمكنه أن يتنبأ بحدوث ذلك السلوك (الخفاجي،2002، 7).

-**التعريف النظري للباحثة:** تبنت الباحثة تعريف " الخفاجي، 2002" لتبنيها مقياسه المعد من قبله للتحكم الذاتي.

-**التعريف الاجرائي:** هي الدرجة التي يحصل عليها المستجيب أثناء اجابته على مقياس التحكم الذاتي.

- **طلبة الجامعة:** هو كل من انهى الدراسة الإعدادية بمختلف التخصصات وحصل على معدل يمكنه من تكملة دراسته ويتراوح عمره بين (18 -22) سنة تقريباً رغم الفروق الفردية، ويتم تحديد التخصص في الدراسة الجامعية ويسعى الطالب في الحصول على إحدى الشهادات الجامعية مثل : الليسانس - الماستر - الدكتوراه ...إلخ.

-الفصل الثاني / الإطار النظري والدراسات السابقة. حيث تناولت الباحثة الإطار النظري مندمجاً مع الدراسات السابقة.

1. الحاجات النفسية: (Psychological Needs)

1- أن لحاجات الانسان بشكل عام دوراً هاماً ومؤثراً في حياته، حيث يترك أثراً كبيراً في سلوكه، فإشباع هذه الحاجات يؤدي به الى التوازن، ومثلما أشباع الحاجات الفسيولوجية هام فأيضاً أشباع الحاجات النفسية له نفس الاهمية والتأثير، فمن خلال أشباع الحاجات النفسية يستطيع الفرد تحقيق ذاته والوصول الى أرقى المستويات مما يجعله كائناً فعالاً ومنتجاً في مجتمعه، يعمل دائماً على النمو والتطور، وأهتم علماء النفس بالحاجات النفسية بشكل كبير، لما لها من تأثير في شخصية الفرد وسلوكه، ومنهم.

أ.النظريات التي فسرت الحاجات النفسية:

نظرية موراي: يرى موراي نقلا عن (المعيني2002) أن الحاجة من وجهة نظر موراي هي مفهوم افتراضي أو قائم على الافتراض، وحدوثه هو شيء تخيلي من أجل تفسير بعض الحقائق الموضوعية والذاتية فالحاجة ترفع مستوى التوتر الذي يحاول الكائن أن يخفضه عن طريق إرضاء الحاجة. (شلتز، 1983 ،190) ويشير (موراي) إلى أن مصدر الدافعية عند الإنسان إنماهي مجموعة من الحاجات الإنسانية الأساسية، فالحاجة هي دافع يثير الفاعلية ويديمها إلى أن يتم إشباع الحاجة. (الوقفي، 1998 ،583).

أهم الحاجات التي طرحها (موراي):

أ. حاجة الإذلال أو التحقير Abasement: الخضوع في سلبية لقوة خارجية.

ب.حاجة الإنجاز أو التحصيل Achievement: تحقيق شيء عسير.

ج. حاجة الانتماء Affiliation: الاقتراب والاستمتاع بالتعاون مع الآخرين.

د. حاجة العدوان Aggression: التغلب على المعارضة بالقوة.

ه. حاجة الاستقلال Autonomy: الحصول على الحرية والتخلص من المعوقات .

و. الحاجة المضادة Counter-action: السيطرة على الفشل، والتغلب على الضعف.

ز. حاجة الدفاعية Defendance: الدفاع عن الذات في مواجهة الإهانة والنقد.

ح. حاجةالانقياد Deference: الإذعان في حماسة لتأثير شخص أخر حليف.

ط. حاجة السيطرة Dominance: الحاجة إلى التحكم في سلوك الآخرين وتوجيههم بالإيحاء أو الإغراء أو الامتناع أو الأمر.

ي.حاجة الاستعراض Exhibition: أن يثير الفرد إعجاب الآخرين.

ك. حاجة تجنب الأذى Harm avoidance: الهرب من الموقف الخطر وتجنب الألم، والأذى الجسماني.

ل. حاجة تجنب المذلة Infavoidance: الابتعاد عن المواقف المحرجة .

م. حاجة العطف على الآخر Nurturance: التعاطف مع موضوع عاجز وإرضاء حاجاته.

ن. حاجة النظام Order: وضع الأشياء في نظام وتحقيق التوازن والإتقان والأحكام.

س. حاجة المعب Play: العمل بقصد اللهو من دون هدف أبعد. (شلتز، 1983 ،190).

2. نظرية محددات الذات: - (S.D.T Self- Determination Theory)

تركز نظرية محددات الذات على الاعتقاد بأن الطبيعة البشرية تظهر الجوانب الإيجابية المستمرة فيما أطلقت عليه " استعدادات النمو الكامنة فالافراد لديهم الحاجات النفسية الفطرية التي هي أساس التحفيز الذاتي والاندماج في الشخصية . وطبقًا للنظرية، هناك ثلاث حاجات فطرية والتي إذا اقتنع الفرد بها فإنها تسمح للقيام بالوظيفة والنمو الامثل وهي: الكفاءة والانتماء والاستقلال. أن هذه الحاجات النفسية هي أساس الدوافع الذاتية والسلوك. مما أوجد صلة بين الحاجات الأساسية للافراد ودوافعهم.وتعد العوامل البيئية والشخصية التي تشبع هذه الحاجات تحفظ وتدعم الذات وتقويها، بينما تلك التي تحبط أو تعوق إشباع هذه الحاجات فإنها تؤدي إلى المرض، والصراع والاضطراب.

وتشمل الحاجات النفسية الثلاث الآتي:

1-الاستقلال: الحاجة إلى الشعور بأن أنشطة الفرد وأهدافه من اختياره وتتفق مع قيمه ودوافعه الداخلية.

2- الكفاءة: استعداد نفسي ينطوي على تقدير الذات والثقة بالنفس وامكانية الوصول إلى الأهداف المرغوبة.

3- الانتماء: الحاجة إلى الشعور بالأمن الناتج عن الارتباط بالآخرين والعمل معهم بأسلوب تعاوني استمتاعي مرتبط بروابط انفعالية حميمة.

وتعد نظرية محددات الذات من أحدث النظريات في مجال الدافعية والشخصية، والتي أكدت على أن هذه الحاجات النفسية أساسية لجميع مراحل النمو المختلفة، مع تضمين هذه الحاجات الثلاث لحاجات أخرى لا غنى عنها للفرد حتى يشبع حاجته للاستقلال والكفاءة الانتماء مثل (الحاجة للحب والمودة، الحاجة للأمن والحاجة للإنجاز) (السرسي و عبد المقصود،2000، 11-16)

ويشير (Wehmeyer,1997:28) أن محددات الذات تشير الى مايلزم للفرد من أتجاهات وقدرات تساعده في التحكم بما يحدث في حياته من أشياء وتجعل خياراته وأفعاله متحررة من التدخلات والتأثيرات الخارجية، وأن السلوك من وجهة نظره يعتبر محدداً بشكل ذاتي إذا عكس أربع خصائص أساسية هي:

أ. أن يتصرف الفرد بشكل مستقل.

ب.أن يكون السلوك منظماً ذاتياً.

ج. أن يكون تجاوب الفرد مع الأحداث من حوله بشكل يتسم بالقوة السيكولوجية،

د. أن يتصرف الفرد بطريقة يؤدي الى تحقيق ذاته.

وتشير نظرية محددات الذات الى انه يمكن تعريف الحاجات من خلال مايظهر من نتائج ايجابية عندما تسمح الظروف بالإشباع لهذه الحاجات، ونتائج سلبية تنتج عن إحباط الاشباع، وحسب ما تشير اليه النظرية فأن الحاجات الاساسية الثلاث الاستقلالية والانتماء والكفاءة لها دور هام في التطور الافضل، وأننا لا نستطيع إهمال واحدة من هذه الحاجات بدون نتائج سلبية واضحة، وأن الصحة النفسية تحتاج لإشباع كل هذه الحاجات وان واحدة أو أثنين لاتكفي. (Deci&Ryan,2000:288-229) أما الدراسات التي قاما بها بخصوص الحاجات النفسية وربطها بمتغيرات اخرى فقد وجد كل من "Baard&Deci&Ryan,2004" علاقة الحاجات النفسية بالصحة العامة وتوصلوا الى وجود علاقة ارتباطية بين المتغيرين، أما (Leon&Nunez,2013) هدفت دراستهم معرفة العلاقة بين الحاجات الثلاث (الاستقلال والكفاءة والانتماء) مع تقدير الذات وجودة الحياة والسعادة الذاتية وتم تطبيقه على طلبة الجامعة، وبينت النتائج وجود علاقة إيجابية بين (الانتماء والكفاءة) مع المتغيرات وعدم وجود علاقة إيجابية دالة مع الاستقلال (عبد الرحمن،2019، 49-50). وقاما شيلدون وايلون(Sheldon& Ellion,1999) بدراسة هدفت إلى الكشف عن الفروق بين الجنسين في الحاجات النفسية لدى عينة من طلبة قسم علم النفس بجامعة روشستر الأمريكية واستخدما مقياس "Ryan&Deci" وأظهرت النتائج أن إشباع الحاجة للكفاءة عند الذكور أعلى من إشباعها عند الإناث، فيما لم تجد الدراسة فروقًا بين الجنسين في الحاجة للاستقلال والحاجة للانتماء، في حين كان إشباع الحاجة للانتماء للدراسة عند الإناث أعلى منه لدى الذكور الحاجة للانتماء للدراسة عند الإناث أعلى منه لدى

الـذكور(صـابر،2018، 10-13). وقـام "الوطبـان و علـي، 2005" بدراسـة هـدفت التعـرف علـى الفـروق بـين الجنسـين فـي الحاجـات النفسـية الأساسـية لـدى طلبـة الجامعـة فـي المجتمـع السـعودي مـن خـلال دراسـة الفـروق بـين الجنسـين فـي الحاجـات النفسـية الأساسـية وهـي : الحاجـة إلـى الاسـتقلال، السـيطرة، التبعيـة، الانتمـاء، المعاضـدة، المحبـة توكيـد وفاعليـة الـذات والحاجـة إلـى الإنجـاز. وبينـت نتـائج الدراسـة عـدم وجـود فـروق بـين الـذكور والإنـاث فـي الحاجـة إلـى الاسـتقلال، السـيطرة، التبعيـة، الانتمـاء، وتوكيـد وفاعليـة الـذات اولإنجـاز، ووجـود فـروق دالـة بـين الـذكور والإنـاث فـي الحاجـة إلـى المحبـة والحاجـة إلـى المعاضـدة فـي اتجـاه الانـاث (صابر،2018، 10-13).

-التحكم الذاتي: Self – Control

أن التحكم الذاتي مجموعة من المهارات الفرعية والسلوكية يتعلمها الفرد لغرض التعامل والسيطرة على كثير من الإنماط السلوكية غير المرغوب فيها منها السلوك الإندفاعي ومن المهارات التي يمكن أن يمارسها الأفراد ذوي التحكم الذاتي:

1- تأخير القيام بالسلوك المطلوب ضبطه.
2- الانشغال بأفكار أو اسلوب يتعارض مع موضوع الحكم.
3- وضع الأهداف على شكل تحديات.
4- التفكير بالنواتج الإيجابية للتحكم.
5- التفكير بالنواتج السلبية.
6- أستعمال التعزيز الذاتي نتيجة للنجاح في التحكم الذاتي(Rosenbaum, 1979:12)

نظرية كانفر (Kanfer.1980) في التحكم الذاتي:

يرى كانفر ان عملية التحكم الذاتي التي يمكن وصفها بأنها متسلسلة تبدأ بثلاث مراحل متميزة وتعتبر مكونات للتحكم الذاتي، وهي(مراقبة الذات والتقويم والتعزيز الذاتي).

1. مراقبة الذات (Self-monitoring) أو ملاحظة الذات (Self-observation)

هـو الانتبـاه الـواعي والسـليم والـدقيق للسـلوك الشخصـي وتتطلـب هـذه العمليـة مـن الشـخص معرفـة ومتابعـة وفهـم سـلوكه الخـاص والاحـداث والمواقـف التـي يظهـر بهـا هـذا السـلوك والعوامـل التـي تسـاعد علـى ظهـوره التـي اذا يجـب منـه متابعـة نتـائج سـلوكه والآثـار المترتبـة عليهـا أي أن عمليـة ملاحظـة الـذات هـي تجميـع منطقـي للمعلومـات عـن العوامـل التـي تـؤثر فـي افعـال الفـرد وسـلوكه(عبد الـرحمن ، 1998 : 655). وتبـين التحلـيلات النظريـة الموضـوعة بشـأن مراقبـة الـذات أن الاشـخاص يختلفـون فيمـا بيـنهم بشـأن المـدى الـذي اليـه أو عنـده يـتمكن الفـرد مـن ملاحظـة سـلوكه والـتحكم بـه (عبـد الـرحمن ، 1998 : 655). ويشـير سـنايدر (Snyder) (1986) الـى ان أعلـى درجـات مراقبـة الـذات مرتبطـة بقـدرة الفـرد علـى ضـبط وتحكـم وتنظـيم ذواتهـم مـن أجـل القـايم بالافعـال المرغـوب بهـا، وان عمليـة مراقبـة الـذات قـد تتضـمن ايضـا اجـزاء مـن مكونـات الـتحكم الـذاتي، وان للافـراد الرغبـة القـدرة للـتحكم بسـلوكهم واظهاره بالشكل المطلوب (Snyder & Gangested, 1986: 125).

2. التقويم الذاتي (Self – evaluation):

عملية استجابة متميزة ، تظهر الفرق بين ما يفعله الفرد وبين ما كان ينبغي عليه ان يعمله، وأن التقارب الكبير الذي يحدث بين معايير الاداء وبين المعلومات التي نحصل عليها من التغذية الراجعة فإن النتيجة بالنهاية هي الرضا عن الذات (الشناوي، 1996 : 428).

3. تعزيز الذات Self - Reinforcement:

رغبة الفرد في مكافئة نفسه بشكل مستمر من خلال تقديم التعزيز الايجابي لنفسه بعد الاستجابة المراد منه، ربما ان يكون التعزيز معنوياً أم مادياً، واكثر النتائج التي تكرر وتقوي السلوك الانساني السلوك هو التعزيز (Reinforcement)، فالتعزيز عملية يتم بواسطتها تقوية ودعم السلوك والافعال المرغوبة بها اي انه يفعل الاستجابة المرغوبة ويزيد منها ومن تكرار حدوثها في المواقف المكررة او المتشابه (المرسي، 2000 : 182).

4. تأجيل الاشباع Delay Satisfaction:

يشير الرضا الى تأجيل المكافأة السريعة الفورية بعض الوقت لصالح الى مكافئة اخرى تكون اكثر قيمة، مثال قرار الفرد بعدم ترك العمل الذي يحبه من اجل وظيفة اخرى حيث يقاوم اغراء الوظيفة الجديدة رغم مغرياتها المالية وظروفه الاقتصادية الصعبة من اجل عمل يحبه.

ان تأجيل الاشباع هي وجه من اوجه الانا ، فقد بين باترسون وميشيل (Patterson & Mischel) (1976) بأن عملية التوجيه الذاتي لتأجيل الاشباع هي ذات فاعلية في تسهيل التحكم الذاتي وان فاعلية التحكم الذاتي الجيدة تعتمد على فهم وادراك العمليات التمييزية وادراكها، والتي تسهم في تحقيق تأجيل الاشباع، أي ان عمل التحكم الذاتي هو منع الانتباه من أن يتوجه نحو الاغراءات (الخفاجي، 2002، 16).

5. التخطيط البيئي (Environmental planning):

وهي اعادة تنظيم المثيرات البيئية من قبل الفرد لكي يغير أو يقلل بعضاً من سلوكياته حتى يشكل ويكون سلوكه بالاتجاه المرغوب به في بيئته.

وقد بينت الدراسات السابقة منها دراسة كل من

(Kral,1989&Smith,1987&Nist&other,1999) ان احد اهم معالم

التكيف النفسي والاجتماعي الجيد هو قدرة الفرد على التحكم الذاتي القوي بسلوكه وبيئته وأفكاره ومشاعره وتعامله مع مشاكل الحياة (علي،2012، 1).

- دراسة مارتن وأخرين (Marten , et al 1981): سعت الدراسة الى ايجاد القيمة الارتباطية بين مقياس تحقيق الذات ويرمز له (SAV) مع كل من المقاييس الثلاثة الآتية التقبل الذاتي (Sa) ، مقياس التكيف الاجتماعي (So) ومقياس التحكم الذاتي (Sc) وتألفت العينة المستخدمة في هذه الدراسة من (53) طالباً وطالبة (17) من الذكور و (36) من الاناث من ثلاث جامعات وهي (اوستن بيا – كلارك سيفيل – تانسيس) وتوصلت الدراسة الى النتائج الأتية كما يأتي:

1- المقياسين SAV و Sa = 0.43

2- المقياسين SAV و So = 0.01

3- المقياسين SAV و Sc = -0.18

.(Marten, et al , 1981: 589-593)

الفصل الثالث: إجراءات البحث

3. **منهجية البحث:** أعتمدت الباحثة على المنهج الوصفي من أجل التعرف على مدى امتلاك العينة لمتغيرات البحث ولتوضيح العلاقة بين تلك المتغيرات.

4. **مجتمع البحث:**

يتكون مجتمع البحث من طلبة الجامعة (المرحلة الثالثة و الرابعة) من كلا الجنسيين في مدينة اربيل والبالغ عددهم (5897).

5. **عينة البحث:**

تـألفت عينة البحث من (128) طالباً وطالبة تم اختيارهم بطريقة طبقية عشوائية، حيث تم اختيار الجامعة (صلاح الدين/ اربيل) والكليات (العلوم، الهندسة، الاداب، القانون) والاقسام (فيزياء، مدني،علم الاجتماع، السياسة) والعينة بطريقة عشوائية وحددت الباحثة الصف الثالث والرابع لانها عمدت بطريقة قصدية على تطبيق المقياس على المراحل المنتهية لكونهم عدوا مرحلة المراهقة لكون مرحلة الشباب أكثر إستقراراً في قراراته وضبطه لذاته لكي لا تتدخل عوامل اخرى بيئية أثناء القياس، مع مراعاة المتغيرات الديموغرافية للبحث: الجنس، التخصص، المرحلة. جدول (1) يوضح ذلك.

جدول (1)

توزيع عينة البحث

ت	الكلية	القسم	ذكور	أناث	المجموع
1	العلوم	فيزياء	16	16	32
2	الهندسة	مدني	16	16	32
3	الاداب	علم الاجتماع	16	16	32
4	القانون	السياسة	16	16	32
			64	64	128

6. **أداتا البحث:**

لغرض تحقيق وقياس اهداف البحث لابد من وجود مقاسين (للحاجات النفسية Psychological Needs، والتحكم الذاتيSelf – Control) حيث قامت الباحثة بأطلاع على مقياس(Deci &Ryan,2000) والاستفادت من مضمون ومعنى الفقرات المعدة للحاجات النفسية مع الاستفادة من إطارهم النظري ومن الدراسات السابقة التي استخدمت نفس المقياس وتألف المقياس من (40) فقرة بالأتجاهين (الموجب والسالب) ويتكون من ثلاثة مجالات (الكفاءة والاستقلالية والانتماء) ومن خمسة بدائل للأجابة (تنطبق عليه بدرجة كبيرة جداً، تنطبق عليه بدرجة كبيرة، تنطبق عليه بدرجة متوسطة، تنطبق عليه بدرجة قليلة، تنطبق عليه بدرجة قليلة جداً) حسب الأوزان(5،4،3،2،1) على التوالي والعكس للفقرات السلبية. أما مقياس التحكم الذاتي فقد تبنت الباحثة مقياس (الخفاجي،2002) المبنى لهذا الغرض حيث اعتمدت على نظرية(Kanfer.1980) في بناءه واعداده والذي يتلاءم مع اهداف وعينة البحث الحالي، وهو عبارة عن (38) سؤال ولكل سؤال أجابتان واحدة تقيس التحكم الذاتي وتعطى رقم (1) والاخرى لا تقيس التحكم الذاتي و تعطى رقم (0).

7. **صدق أداتي البحث: الصدق الظاهري للمقياسين**

تم استشارة ثمانية خبراء ومحكمين في مجال علم النفس لغرض التحقق من الصدق الظاهري لمقياس الحاجات النفسية ومدى ملاءمة مقياس التحكم الذاتي لعينة واهداف البحث، وبعد التداول معهما جرت المصادقة على المقياسين، حيث تم حذف ثلاث فقرات من مقياس الحاجات النفسية (1، 21، 39) بنسبة اتفاق 92% كما أجريت تعديلات لغوية طفيفة على ثلاث فقرات للمقياس، واصبح

لمجال الكفاءة 12 فقرة ولمجال الاستقلالية 12 فقرة ولمجال الانتماء 13 فقرة حيث تكون المقياس بصورته النهائية من (37) فقرة، وتم وقبول مقياس التحكم الذاتي كما هو.

8. تحليل فقرات مقياس الحاجات النفسية:

حساب القوة التمييزية بأسلوب المجموعتين المتطرفتين Contrasted Groups:

تم تطبيق المقياس على عينة التحليل (ن=128)، بصيغته النهائية. ترتيب الدرجات الكلية التي حصل عليها أفراد العينة ترتيباً تنازلياً من أعلى درجة الى أدنى درجة. حددت (27%) من الاستجابات الحاصلة على أعلى الدرجات استمارة، و(27%) من الاستجابات الحاصلة على أدنى الدرجات، تم استخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لحساب القوة التمييزية لكل فقرة من فقرات المقياس، اذ عدت القيمة التائية المحسوبة مؤشراً لتمييز كل فقرة من خلال مقارنتها بالقيمة التائية. وبينت النتائج أن الفقرات جميعها مميزة ماعدا فقرتين (11،25) حيث كانت القيمة التائية المحسوبة اقل من الجدولية التي تساوي (1.96) ودرجة حرية= 127. والجدول (2) يوضح ذلك.

جدول (2)

القيمة التائية لفقرات مقياس الحاجات النفسية لغرض تحديد القوة التمييزية

ت	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة
	الوسط الحسابي	التباين	الوسط الحسابي	التباين	
1	4.3	0.7	3.5	1.5	4.5
2	3.9	1.5	3.4	1.6	2.1
3	3.7	1.4	3.2	1.7	2.3
4	4.1	1.0	3.5	1.6	3.7
5	3.9	1.2	3.4	1.7	3.6
6	4.3	0.9	3.5	1.7	4.3
7	4.1	1.0	3.4	1.5	3.5
8	4.1	0.9	3.5	1.7	3.4
9	3.1	1.5	3.2	1.6	2.8
10	3.8	1.3	3.2	1.6	2.7
11	**3.8**	**1.0**	**3.1**	**1.9**	**3.6**
12	3.8	1.6	2.7	1.7	5.4
13	3.9	1.5	3.6	1.7	1.5
14	3.9	0.9	3.2	1.8	3.7
15	3.9	1.3	2.9	2.3	4.3
16	3.7	1.4	3.1	2.1	3.0
17	4.3	0.9	3.6	1.6	3.9
18	4.0	1.4	3.1	1.9	4.3
19	4.0	1.4	2.9	2.1	5.2
20	4.2	1.1	3.3	1.9	4.3

21	3.8	1.0	3.4	1.9	3.8
22	4.1	0.9	3.1	2.2	5.3
23	4.2	0.7	3.2	2.0	5.4
24	4.1	.1	3.3	1.7	4.1
25	**3.8**	**1.1**	**3.2**	**1.9**	**2.9**
26	4.0	1.1	3.3	1.6	3.8
27	4.1	0.8	3.1	1.4	6.2
28	4.3	0.7	3.6	1.5	4.2
29	4.1	0.8	3.5	1.6	3.5
30	4.1	0.8	3.4	1.9	3.7
31	4.0	1.0	3.4	1.8	3.2
32	4.3	0.8	3.4	2.0	4.5
33	4.4	0.6	3.4	1.6	6.0
34	4.1	0.8	3.5	1.7	3.4
35	4.2	0.90	3.5	1.6	4.0
36	3.2	0.8	3.5	1.7	4.0
37	4.1	0.8	3.4	1.9	3.2

علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الحاجات النفسية:

عالجت الباحثة البيانات الخاصة بالعينة السابقة ذاتها، لإيجاد معامل الارتباط بطريقة "بيرسون" بين درجات أفراد عينة التحليل على كل فقرة وبين درجاتهم الكلية على المقياس. وبينت النتائج أن جميع معاملات الارتباط كانت دالة ماعدا فقرتين (11، 25) وبهذا تم حذف الفقرتين واصبح المقياس يتألف من (35) فقرة بصورته النهائية بحسب مجالاته، مجال الكفاءة 11 والاستقلالية 11 والانتماء 13 (جدول 3) يوضح ذلك.

جدول (3)
معاملات ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية لفقرات مقياس الحاجات النفسية

رقم الفقرة	معامل الأرتباط	رقم الفقرة	معامل الأرتباط
1	0،28	6	0،66
2	0،39	7	0،47
3	0،36	8	0،35
4	0،55	9	0،46
5	0،36	10	0،44

11	0،11	24	0،34
12	0،44	25	0،19
13	0،38	26	0،51
14	0،29	27	0،42
15	0،79	28	0،69
16	0،52	29	0،61
17	0،33	30	0،40
18	0،26	31	0،29
19	0،67	32	0،37
20	0،47	33	0،62
21	0،48	34	0،45
22	0،29	35	0،37
23	0،32	36	0،28
37	0،44		

مؤشرات لثبات المقياسين: طريقة إعادة الاختبار:

طُبق المقياسان على عينة مؤلفة من (40) طالباً وطالبة من غير مجتمع البحث تم اخذها من كلية التربية، وجرى إعادة التطبيق بعد أسبوعين، فوجد أن معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين قد بلغ (+ 0,79) لمقياس الحاجات النفسية، و(+077) لمقياس التحكم الذاتي.

-معامل ثبات ألفا كرونباخ للاتساق الداخلي:

ولحساب الثبات بهذه الطريقة، اعتمدت الباحثة على درجات عينة تطبيق حساب الثبات بطريقة (الاختبار - إعادة الاختبار) البالغ عددها (40) طالباً وطالبة، وبعد تطبيق معادلة ألفا كرونباخ (Alfa Cronbach Formula) للاتساق الداخلي، ظهر أن معامل ثبات مقياس اتساق الذات بهذهِ الطريقة يساوي(0.85). وتعد هذه القيمة مقبولة لأغراض البحث العلمي ويمكن الركون إليها.

تطبيق المقياسين: تم تطبيق المقياسيين على عينة البحث في 2020 /10/17 ولغاية2020/10/22

الوسائل الاحصائية المستخدمة في تحليل البيانات: معامل ارتباط بيرسون، الاختبار التائي لعينة واحدة ولعينتين مستقلتين .

9. الفصل الرابع: نتائج البحث:

الهدف (1)**: مستوى متغيري البحث (الحاجات النفسية، التحكم الذاتي) لعينة البحث.**

الجدول (4)

نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لكل من الحاجات النفسية والتحكم الذاتي في عينة نتائج البحث

المقياس	عدد الفقرات	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي*	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	النتيجة
الحاجات النفسية	35	156،79	155	126،15	0،161	غير دال
التحكم الذاتي	38	19،35	19	3،35	1،85	غير دال
القيمة التائية الجدولية، للاختبار ذي النهايتين، ولدرجة حرية (127) ومستوى دلالة (0,05) =1,96						

أستخدمت الباحثة الاختبار التائي لعينة واحدة، وتوصلت إلى النتائج المبينة أعلاه في الجدول (4) ، وهي تشير إلى انخفاض مستوى متغيري البحث(الحاجات النفسية، التحكم الذاتي) لدى العينة، و ربما يعود ذلك الى اساليب التربية التي يتبعها الوالدان في بناء شخصية ابنائهم وتكوين هويتهم في ظل الظروف الاجتماعية والسياسية والاقتصادية التي يعيشها المجتمع فأنعدام الاستقرار ربما يؤدي الى اختلال التوازن النفسي في قدرة الفرد على التحكم بأراه وتصرفاته وانفعالاته واحكامه وذاته، وحتى في مدى قدرته على إشباع حاجاته ورغباته و تتوقف ايضا على الظروف البيئية والاجتماعية التي يمر بها المجتمع حالياً.

الهدف (2): **هل توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الحاجات النفسية والمتغيرات الديموغرافية للبحث (الجنس، التخصص، المرحلة):**

الجدول (5)

الاختبار التائي لدلالة الفروق بين الحاجات النفسية والمتغيرات الديموغرافية لعينة البحث

الحاجات النفسية							
المتغيرات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة	النتيجة
الجنس/ ذكور	64	166،18	22،21	126	0،84	1،96	0،05	غير دال
إناث	64	147،34	2،19					
التخصص/ علمي	64	147،75	17،60	126	1،21	1،96	0،05	غير دال
إنساني	64	143،96	17،73					
المرحلة/ الثالثة	64	146،37	18،23	126	0،32	1،96	0،05	غير دال
الرابعة	64	145،34	17،28					

* المتوسط الفرضي للمقياس= متوسط أوزان البدائل × عدد فقرات المقياس.

بإستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ، كما مبين في جدول (5) أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في الحاجات النفسية والمتغيرات الديموغرافية للبحث (الجنس، التخصص، المرحلة) بخصوص الجنس تتفق هذه النتيجة مع دراسة "وظبان، 2005" وتختلف مع دراسة "شيلدون وايلون،1999". وترى الباحثة ان ذلك يعود الى ان اشباع الحاجات والتحكم الذاتي ضرورة اجتماعية ونفسية لكل الاعمار والاشخاص حيث يسعى الجميع الى الوصول لتحقيق اهدافه ودوافعه وحاجاته.

الهدف (3):هل توجد فروق ذات دلالة احصائية بين التحكم الذاتي والمتغيرات الديموغرافية للبحث (الجنس، التخصص، المرحلة):

الجدول (6)

الاختبار التائي لدلالة الفروق بين التحكم الذاتي والمتغيرات الديموغرافية لعينة البحث

الحاجات النفسية				درجة الحرية	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة	النتيجة
المتغيرات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري					
الجنس/ ذكور	64	18،82	2،85	126	1،77	1،96	0،05	غير دال
إناث	64	19،87	3،73					
التخصص / علمي	64	19،93	3،75	126	1،99	1،96	0،05	دال
إنساني	64	18،76	2،81					
المرحلة/ الثالثة	64	18،06	3،57	126	2،44	1،96	0،05	دال
الرابعة	64	20،64	2،98					

باستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، يوضح جدول (6): عدم وجود فروق في التحكم الذاتي بالنسبة للجنس، بينما توجد فروق دالة احصائياً في التخصص والمرحلة/ التخصص لصالح العلمي والمرحلة لصالح الرابعة، ربما يعود ذلك الى ان التخصص العلمي ينظرون ويفسرون الأشياء والاحداث بشكل دقيق أكثر بحكم تخصصهم لهذا فهم اكثر قدرة على التحكم بما يجري لدقتهم في تقييم الأحداث، وايضا بخصوص المرحلة فالمرحلة الرابعة اكثر نضجاً ووعياً وواقعية ربما في تفسيرهم لذواتهم وتحكمهم بها وفي السيطرة على انفعالاتهم وضبطها.

الهدف (4): معامل الأرتباط بين متغيري البحث (الحاجات النفسية والتحكم الذاتي).

الجدول (7)
قيمة معامل الأرتباط بين الحاجات النفسية والتحكم الذاتي

المتغير الاول Dependent	المتغير الثاني Predictors	معامل الأرتباط R	النتيجة
الحاجات النفسية	التحكم الذاتي	+0،71	دال

بحسب جدول (7) وبأستخدام معامل ارتباط بيرسون تبين وجود علاقة أرتباطية موجبة بين الحاجات النفسية والتحكم الذاتي اي كلما زادت قدرتنا على التحكم الذاتي قمنا بإشباع حاجات النفسية بشكل مرغوب فيه وهذه النتيجة تتفق مع الاسس النظرية التي بينت بأن التحكم الذاتي هو قدرة الفرد في توجيه ذاته وتنظيمها وتعديل جوانب سلوكه وافكاره وانفعالاته واتجاهاته والتحكم بسلوكياته وافعاله وضبطها تكون هي الدالة على معرفته وسيطرته على العوامل الوضعية الجارية، "Mahone&Thoreson,1974".

10. التوصيات: توصي الباحثة بحسب نتائج البحث بعدد من التوصيات منها:

1- ضرورة ان يقوم الاباء بمساعدة ابنائهم على إشباع حاجات وتنميتها والاستماع لهم.

2- ان تقوم المؤسسات الاجتماعية بدعم الافراد وتنمية قدراتهم على معرفة ذواتهم اكثر.

3- ان تعمل المنظمات ومؤسسات المجتمع المدني على دعم المراهقين والشباب في تلبية حاجاتهم وتنمية ذواتهم.

11. **المقترحات**:

1- إجراء دراسة مماثلة على عينات اخرى للمجتمع (أطباء ، عمال، مراهقين، عسكريين وغيرهم).

2- إجراء دراسة تجريبية لتنمية التحكم الذاتي لدى عينة من افراد المجتمع.

3- إجراء دراسة مماثلة مع ربط التحكم الذاتي او الحاجات النفسية بمتغيرات اخرى مثل مستوى الطموح وتحقيق الاهداف والتوجه الزمني .

Reference:

Ali, Samia Hassan, (2012). Self-control of male and female guides, Journal of Kirkuk University for Humanitarian Studies, Volume 7, Issue 3.

Al-Alousi, Ahmed Ismail (2001). Self-efficacy and its relationship to self-esteem among university students, (unpublished master's thesis, College of Arts, University of Baghdad..

Al-Janabi, Salam Ahmad Khanjar (2118): Excessive confidence in probabilistic judgments and their relationship to self-control among doctors, (unpublished master's thesis (College of Arts, University of Baghdad..

Al-Khafaji, Afaf Ziyad Wadi (2002). Building the Self-Control Scale for Baghdad University Students, an unpublished MA Thesis, College of Education / Ibn Rushd, University of Baghdad..

Al-Maeeni, Maysoon Karim Dhari (2002). Academic achievement and its relationship to isolation behavior and the counseling needs of female students in distinguished schools and their peers in other regular schools, an

unpublished master's thesis, College of Education for Girls, University of Baghdad..
Al-Mursi, Jamal al-Din Muhammad; Idris, Thabet Abdel Rahman: (2000). organizational behavior. Egypt / University House for Printing and Publishing..
Al-Sarsi, Samaa, Abdel-Maqsoud, Amani (2000). Youth psychological needs scale. Cairo: The Anglo Library..
Schultz, Duane (1983). Personality theories. Translated by Hamad Daly Al-Karbouli and Abdul-Rahman Al-Qaisi, Baghdad, Baghdad University Press..
Al-Shenawi, Muhammad Mahrous (1996). Guidance and treatment process, Dar Gharib, Cairo..
al-Rahman, Muhammad al-Sayed (1998). Studies in mental health, C2, Quba House, Cairo..
Al-Waqi, Radi (1998). Introduction to the generalization of the soul, Dar Al-Shorouk, 3rd floor, Amman, Jordan..
Bandura.A.&Walters.R.H.(1963).Adolescent aggression.New York:Ronald press. .
Brien, M., Forest, J., Mageau, G., Boudrias, J., Desrumaux. P., Brunet, L., & Morin, E. (2012). The Basic..
Deci, E, L. & Ryan, R, M.(2000). The "What" and "Why" of Goal pursuits: Human Needs and the Self-determination of Behavior. Psychological Inquiry,(11),227-268..
Habib, Magdy Abdel Karim: (1997): "Self-control and the innovative features associated with multi-dimensional thinking among university students." Journal of Psychology, pp. 41, 50-78..
Horney, Karen (1988). Our Esoteric Struggles, translated by Abd al-Wadud Muhammad, House of General Cultural Affairs, Baghdad..
Josh.R.G(1993): Essentials of psychology, Concepts and applications.U.S.A. Harper Cllions collage publishers Psychological Needs at Work Scale:Measurement Invariance between Canada and France. Applied Psychology: Health and Well-Being. 4 (2), 167–187..
Libert. R.M. & Spigler. M.D. (1970). Personality: An Introduction to Theory and Research. New York, Wiley..
Martin , J.D. & et al. (1981). Correlation of the self – Actualizing value subscale of the personal orientation inventory with the self – Acceptance , socialization and self – control scales of California psychological inventory". Educational and Psychological Measurement. 41, pp.589-591..

Mahoen , M , J , & Thoreson . C , C ,(1974) : Self-control behavioral , New york Holt rinhart.

Michailidou, S.& Vlachopoulos, S (2006). Development and Initial Validation of a Measure of Autonomy Competence, and Relatedness in Exercise: The Basic Psychological Needs in Exercise Scale..

Nusrat, Sagar Hadi (2014). Al-Harib's anxiety and its relationship to self-control among university students, an unpublished master's thesis, College of Education for Humanitarian Education - Ibn Al-Rushd, University of Baghdad.

Rosenbaum, M.S.; RONALD S. Drabman, R. S. (1979) self-control training in the classroom : a review and critique, Journal of Applied Behaviour Analysis, 12 (3), 467-485

Saber, Ahmad Abdel-Azim Hassaballah (2018), The order of satisfying psychological needs of a sample of Egyptian students of varying levels of academic achievement in the preparatory stage, (Arabic Studies, Volume 17, Number 1, Cairo..

Snyder , M. & Gangested , S. (1986) . On the nature of Self – Monitoring. Matters of Assessment and validity. Journal personality and social Psychology . Vol. 5, No.1, pp.125-139..

Wehmeyer, M.(1997). Self-directed Learning and Self-determination. Pacific Grove, CA: Brooks/Cole Publishing Company..

Zaghoul, Rafie, and others (2019). Psychological needs in light of the theory of self-identification and its relationship to happiness among students of Yarmouk University, Educational Sciences Studies, Volume 46, Appendix 2, The University of Jordan..

مستوى إشباع الحاجات النفسية و التحكم الذاتي لدى طلبة الجامعة في مدينة أربيل

أ.م.د. مها حسن بكر

The level of satisfying psychological needs and self-control Among university students in the city of Erbil

Asst.Prof.Dr/ Maha Hassan Bakir
College of Arts - Psychology Department
Salahaddin University-Erbil
Maha.bakir@su.edu.krd
07504888537

Abstract:

The current research aims to identify the level of each of (psychological needs and self-control) of the research sample, and to identify the differences in the two variables with the demographic variables of the research (gender, specialization, stage) The correlation between psychological needs and self-contrtol, and for the purpose of achieving the research goals The development of the (Deci & Ryan, 2000) scale prepared for psychological needs in addition to reviewing the theoretical frameworks and previous studies of psychological needs. The researcher adopted the (Khafaji, 2002) scale for self-control, and the two scales were applied to (128) students from the third and fourth stage at Salah al-Din University / Erbil, after they were randomly selected, and by using the SPSS statistical bag, the researcher reached the following results: the low level of psychological needs and self-control of the research sample, the absence of statistically significant differences in the psychological needs variable with the demographic variables of the research, and the presence of statistically significant differences between self-control and each of Specialization and the stage in favor of scientific specialization and the fourth stage and the absence of differences in the gender variable with regard to self-control, and in the end the researcher reached a number of recommendations and abominations Rest.

Keyword: Psychological Needs, Self-Control, University Students