

العلاقة بين الانضباط الذاتي والتحصيل الدراسي في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلاب كلية التربية الأساسية في دولة الكويت "دراسة وصفية ارتباطية مقارنة"

د. حصة دغيشم مجد الدغيشم د. ناصر نزال سهو شداد الشمري

مجلة وادي النيل للدراسات والبحوث الإنسانية والاجتماعية والتربوية

العلاقة بين الانضباط الذاتي والتحصيل الدراسي في ضوء بعض المتغيرات

الديموغرافية لدى طلاب كلية التربية الأساسية في دولة الكويت

"دراسة وصفية ارتباطية مقارنة"

الباحث الرئيسي: د. حصة دغيشم محمد الدغيشم

أستاذ مشارك في قسم علم النفس

كلية التربية الأساسية/الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب

hcommunication@hotmail.com

الباحث المساعد: د. ناصر نزال سهو شداد الشمري

أستاذ مشارك في قسم علم النفس

كلية التربية الأساسية/ الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب

drnss91@gmail.com

الملخص:

تهدف الدراسة الحالية إلى التحقق من مدى امتلاك طلاب كلية التربية الأساسية (ذكور وإناث) مهارات الانضباط الذاتي، وتأثيرها على التحصيل الدراسي لهم، في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية (الجنس، الحالة الاجتماعية، الحالة المادية)، وتم استخدام مقياس الانضباط الذاتي لعاشور (٢٠١٤) وأضاف عليه الباحثان مجموعة من البنود استلهمت من مقاييس أخرى عربية وأجنبية وأضيف عليها بعض البنود من إعدادهما، ليصبح المقياس مكون من (٦٥) بنداً بدلاً من (٣٤)، بنفس المحاور الستة، كما تم استخدام التحليلات الإحصائية المناسبة لطبيعة البحث مثل؛ اختبار (ت)، معامل الارتباط، وتحليل التباين الأحادي، وأظهرت النتائج أن مستوى الانضباط الذاتي لدى أفراد العينة منخفض نوعاً ما، كما تبين أن العلاقة بين الانضباط الذاتي والتحصيل الدراسي ضعيفة، وأشارت النتائج إلى وجود فروق بين الذكور والإناث في (٤) أبعاد من الانضباط الذاتي وكانت الفروق لصالح الذكور، حيث يرتفع لديهم ضبط الذات مقارنة بالإناث. كما أكدت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً بين المتزوجين وغير المتزوجين لصالح المتزوجين في الضبط الذاتي، ولم تكن هناك فروق دالة بالنسبة لمتغيري مستوى الدخل إلا في مهارة التروي لمرتفعي الدخل، وقد أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لضبط الذات تبعاً لمحافظة السكن، بشكل عام،

بينما هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) تبعا لمحافظة السكن في بعدى: التركيز، ومنع السلوك المعيق فقط، كما تبين ارتفاع قيم المتوسطات لدى كل من محافظة العاصمة (19.3) والفروانية (19.5) مقابل انخفاضها بصورة دالة لدى كل من الجهراء (16.5) والأحمدي (17.3).

Abstract:

The current study aims to verify the extent to which students of the College of Basic Education (males and females) possess self-discipline skills, and their impact on their academic achievement, in light of some demographic variables (gender, social status, income level). Ashour's self-discipline scale (2014) was used, and the researchers added a set of items inspired by other Arab and foreign scales, and some items were added to them from their own preparation, so that the scale became composed of (60) items instead of (34), with the same six axes. Statistical analyses appropriate to the nature of the research were also used, such as; (t) test, correlation coefficient, and one-way analysis of variance. The results showed that the level of self-discipline among the sample individuals was somewhat low, and it was also shown that the relationship between self-discipline and academic achievement was weak. The results indicated that there were differences between males and females in (4) dimensions of self-discipline, and the differences were in favor of males, as they have higher self-control than females. The results also confirmed the existence of statistically significant differences between married and unmarried individuals in favor of married individuals in self-control. There were no significant differences with regard to the variables of income level except in the skill of deliberation for high-income individuals. The results indicated that there were no statistically significant differences in the total score of self-control according to the governorate of residence, in general, while there were statistically significant differences at the level (0.05) according to the governorate of residence in the dimensions: concentration and preventing obstructive behavior only. It also showed an increase in the average values in both the Capital Governorate (19.3) and Farwaniya (19.5) compared to a significant decrease in both Jahra (16.5) and Ahmadi (17.3).

العلاقة بين الانضباط الذاتي والتحصيل الدراسي في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلاب كلية التربية الأساسية في دولة الكويت "دراسة وصفية ارتباطية مقارنة"

د. ناصر نزال سهو شداد الشمري

د. حصة دغيشم مجد الدغيشم

مجلة وادي النيل للدراسات والبحوث الإنسانية والاجتماعية والتربوية

العلاقة بين الانضباط الذاتي والتحصيل الدراسي في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى طالبات كلية التربية الأساسية في دولة الكويت

مقدمة:

يعد الانضباط الذاتي السمة الأولى والأساسية التي تقوم عليها حياة الإنسان العملية، حيث أنه في حالة عدم وجود الانضباط الذاتي لا يستطيع المرء أن يحقق أي نجاح في حياته، فالانضباط يعني ضبط النفس، والسيطرة عليها من أجل تحقيق النجاح في الحياة، حيث يعد التهاون والتراجع عن الأخطاء وضبطها من السمات الأساسية للإنسان.

وعند ترك النفس على هواها فقد يريح الإنسان لفترة قصيرة، ولكن قد ينتهي به الأمر ليجد نفسه أمام خيارين؛ إما ترك النفس على هواها والخسارة في حياته وعدم القدرة على تحقيق أي نجاح، أو ضبط النفس والتحكم بها وترك المتعة المؤقتة لما هو أهم وأفضل لتحقيق النجاح في الحياة، ويرتبط الانضباط الذاتي بصورة أساسية برفض الأخطاء والتذمر منها. (سما، ٢٠٢٢)

وتؤكد (منصور، ٢٠٢٣) أن الانضباط الذاتي هو إحدى صفات الأفراد الناجحين، ومن المحال أن تجد شخصاً ناجحاً وحياته وسلوكه غير منظم ومنضبط، والانضباط الذاتي هو الجسر بين الأهداف والإنجاز، يرافق النجاح خطوة بخطوة، والانضباط الذاتي يعد ضرورة لا بد من توافرها لدى أي شخص يطمح للنجاح في عمله وتحقيق رغباته. ويعد التحصيل الأكاديمي أحد عوامل الاهتمام في كل من مجالي علم النفس والتعليم، اللذان مر كل منهما بكثير من التطورات والتغيرات عبر الزمن، صاحبها ظهور بعض المشكلات السلوكية داخل المدرسة مثل التغيب عن المدرسة وسوء السلوك والتمرد والعصيان، وغيرها من المشكلات التي يمكن أن نطلق عليها ضعف الانضباط. وأصبح الكثير من المدارس وخاصة في مرحلة التعليم الأساسي تعاني من المشكلات والمخالفات السلوكية المخلة بالضبط المدرسي.

ومسايرةً للنظريات التربوية الحديثة فإن تحقيق الضبط من خلال القهر أو السيطرة الخارجية مسألة لم تعد مقبولة، لما لهذه المقومات من أهمية بالغة في تشكيل ثقافة المدرسة، وإيجاد البيئة والمناخ المدرسي المشجع على الضبط.

وقد حظي تأثير الانضباط الذاتي على التحصيل الأكاديمي باهتمام كبير في السنوات الأخيرة، باعتباره القدرة على التحكم في دوافع الفرد وعواطفه وعاداته لتحقيق أهداف عليا، وقد عرف على نطاق واسع على أنه موهبة حاسمة لتحقيق النجاح في الحياة (Duckworth & Seligman, 2005).

كما أصبح تحليل السلوكيات المنضبطة والأداء الأكاديمي في سياق المدرسة أحد الاهتمامات الرئيسية داخل المجتمع التعليمي (Claver, F. et al. 2020).

وأوضح (Barkoukis et al., 2014; Sánchez-Oliva et al., 2014)، أن الانضباط في البيئة المدرسية أحد الاهتمامات الرئيسية للمجتمع التعليمي لأنه مؤشر أساسي على نجاح عملية التعليم والتعلم.

وقد أكد تشاو؛ Zhao (2017)، إلى أن التحصيل الأكاديمي يشير إلى الأداء الفعلي لإتقان الطلاب للمعرفة والمهارات الأكاديمية كما يتضح من خلال الامتحانات بعد تعلم المعرفة والمهارات المنهجية، وفي نظام تقييم الطلاب التعليمي الصيني، تقوم الجامعات عادة بتصنيف الطلاب حسب التحصيل الأكاديمي، ويرى ليو؛ Liu (2019)، أنه في اختبارات القبول في الكليات الصينية، يوضع التحصيل الأكاديمي في الاعتبار كأساس للتطور المستقبلي للطلاب.

الضبط الذاتي هو سيطرة الفرد على الذات من طرف نفسه بحيث يحاول الشخص تغيير الطريقة التي يتصرف بها او يشعر بها لتحقيق اقصى قدر ممكن من المصالح الطويلة الأجل. (Muraven, M. & Baumeister, R. F. 2000, p. 247).

وأكد كذلك ليانج وزملائه؛ (Liang, et al. 2020)، أن كل من القدرة المعرفية والانضباط الذاتي من العوامل الرئيسية التي تؤثر على التحصيل الأكاديمي للطلاب، وأوضح شولز؛ (Schulz, 2021) أن الانضباط الذاتي أحد العوامل الرئيسية التي تحكم التحصيل الأكاديمي للطلاب.

كما أظهرت الدراسات السابقة أن الانضباط الذاتي يرتبط بشكل إيجابي بالنجاح الأكاديمي (Duckworth & Seligman, 2005; Duckworth et al., 2012)، وبغض النظر عن معدل الذكاء (IQ) والموهب المعرفية الأخرى، فإن الطلاب الذين

العلاقة بين الانضباط الذاتي والتحصيل الدراسي في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلاب كلية التربية الأساسية في دولة الكويت "دراسة وصفية ارتباطية مقارنة"

د. حصة دغيشم محمد الدغيشم د. ناصر نزال سهو شداد الشمري

مجلة وادي النيل للدراسات والبحوث الإنسانية والاجتماعية والتربوية

يتمتعون بمستوى عالٍ من الانضباط الذاتي هم أكثر قدرة على تحقيق أداء أكاديمي أكبر (Duckworth et al., 2007).

وينظر إلى الانضباط الذاتي في كثير من الأحيان على أنه نوع من التنظيم الذاتي الذي يتضمن تدريب الفرد على تعزيز قدرته على التركيز والتغلب على عوامل التشتت. وبناءً على دراسة تايلور وآخرين؛ (Taylor et al. (2002)، هناك ثلاثة أنواع مترابطة من الانضباط الذاتي وهي؛ الاهتمام، والتحكم في الاندفاعات، وتأخير المتعة والإشباع، وهي تتضمن الاهتمام الواعي بالوظيفة، ومنع الدوافع المرتبطة عادة بالرغبات قصيرة المدى، وتأخير إشباعات معينة لتحقيق أهداف طويلة المدى. وقد تم إيجاد علاقة جوهرية بين الانضباط الذاتي والإنجاز الأكاديمي، وخاصة لدى المراهقين. (Geng, H.; Wei, H. 2023)

مشكلة الدراسة:

تتضح مشكلة الدراسة من خلال الملاحظات اليومية لمجموعة من طالبات وطلبة كلية التربية الأساسية في عدم الالتزام بالتعليمات والقواعد واللوائح الصادرة من إدارة الكلية ومن أعضاء هيئة التدريس، حيث يتجاوزون عدد مرات الغياب ويطلبون التغاضي والسماح، ويهملون في إنجاز المهام المطلوبة منهم في الوقت المطلوب ويطلبون بالزيادة في الدرجات بما لا يستحقون، ويقارنون درجاتهم بدرجات المجتهدين منهم ويلحون بطرق متعددة للحصول على درجات ومعدلات دون وجه حق، إلى جانب عدم انتظامهم في الصف الدراسي والحضور متأخراً إلى قاعة المحاضرة، مما أعطى مؤشرات عن عدم انضباط ذاتي لديهم أدت إلى محاولة التعرف من خلال هذه الدراسة عن مدى توافر الانضباط الذاتي لدى هذه الفئة وتساعدنا في البحث عن الأسباب المؤدية لتلك السلوكيات التي تم الإشارة إليها، وعليه تبرز مشكلة الدراسة في التساؤلات التالية:

- ١- هل يمتلك طالبات وطلبة كلية التربية الأساسية مهارات الانضباط الذاتي؟
- ٢- هل يوجد فروق بين الذكور والإناث في مهارات الانضباط الذاتي؟
- ٣- هل يوجد فروق بين أفراد العينة في مهارات الانضباط الذاتي وفق معدل التحصيل الدراسي؟
- ٤- هل يوجد فروق بين أفراد العينة في مهارات الانضباط الذاتي وفق ما يلي:

- المحافظة السكنية؟
- الحالة الاجتماعية؟
- الحالة الاقتصادية؟

فروض الدراسة:

وعليه تكون فروض الدراسة كالتالي:

- ١- يوجد فروق إحصائية دالة على انخفاض مستوى الانضباط الذاتي لأفراد العينة.
- ٢- يوجد فروق إحصائية دالة بين الذكور والإناث في الانضباط الذاتي لصالح الإناث.
- ٣- يوجد فروق إحصائية دالة بين أفراد العينة في الانضباط الذاتي وفق معدل التحصيل الذاتي.
- ٤- يوجد فروق إحصائية دالة بين أفراد العينة في الانضباط الذاتي وفق الآتي:
 - المحافظة.
 - الحالة الاجتماعية.
 - الحالة الاقتصادية.

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة إلى التعرف على مدى امتلاك أفراد العينة للانضباط الذاتي، وعلاقة الانضباط الذاتي بمعدل التحصيل الدراسي لأفراد العينة، ومدى تأثير الانضباط الذاتي في متغيرات السكن والمحافظة، والحالة الاجتماعية والحالة الاقتصادية، أي أن جوانب الانضباط الذاتي أكثر تأثيراً في صنع الفروق بين أفراد العينة.

أهمية الدراسة:

الأهمية النظرية:

لدراسة أهمية نظرية تتبلور في توجيه الاهتمام نحو ما يعرف بالانضباط الذاتي، حيث أنه من المشاكل التي تؤثر سلباً في الجانب الاجتماعي والنفسي للفرد، مما يؤثر بدوره في حياة الفرد وعلى سلوكه وتصرفاته وصحته النفسية، وكذلك في علاقاته مع الآخرين، مسببة له الاضطرابات النفسية المختلفة، فانخفاض الانضباط الذاتي يؤدي إلى تكوين شخصية غير سوية. (التميمي؛ ومجيد، ٢٠١٩، صفحة ٤٠٨)، ذلك السلوك الذي يوجه حياة الأفراد، ويجعلهم قادرين على الإدارة والتحكم في تصرفاتهم، والشعور

العلاقة بين الانضباط الذاتي والتحصيل الدراسي في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلاب كلية التربية الأساسية في دولة الكويت "دراسة وصفية ارتباطية مقارنة"

د. حصة دغيشم محمد الدغيشم

د. ناصر نزال سهو شداد الشمري

مجلة وادي النيل للدراسات والبحوث الإنسانية والاجتماعية والتربوية

بالمسئولية وتحمل عقبات مخالفتهم للقوانين، كما أنها تحاول توضيح أن الطلاب في المدارس والكليات والجامعات ذوي المستويات التحصيلي العالية لديهم إحساس عالي بالمسئولية والقدرة على ممارسة الانضباط الذاتي في جميع أمور حياتهم الشخصية، مما يؤهلهم لتطوير ذاتهم والارتقاء بشخصياتهم والحرص على تطبيق القوانين والالتزامات التي تبلغهم النجاح في دراستهم وحياتهم العامة للوصول بها إلى درجة مناسبة من الصحة النفسية.

الأهمية التطبيقية:

- أما أهميتها التطبيقية فتتلور في تصحيح وتعديل السلوكيات غير المنضبطة التي يمارسها مجموعة كبيرة من طلاب المدارس والجامعات والكليات، وذلك من خلال برامج تدريبية تعد لذلك الغرض يتم التدريب عليها من قبل المختصين في الجانب النفسي مثل الأخصائيين النفسيين في المدارس وأساتذة علم النفس في الكليات والجامعات.

- ملاحظة الطلاب والطالبات في جميع مراحل التعليم، الذين يفكرون إلى الانضباط الذاتي، ليتم توجيههم وإطفاء السلوكيات غير المرغوب فيها، ليتم على أثرها غرس الانضباط النفسي في سلوكهم اليومي مما ينتج عنه ارتفاع مستوياتهم التحصيلية بجهودهم الشخصية وتحمل نتائج تصرفاتهم في حال الحياد عن الصواب، وتحسين كفاءة السلوكيات العامة لأفراد المجتمع، مما يسهم في ارتقاء المجتمعات وتطورها نحو الأفضل.

مصطلحات الدراسة:

الانضباط الذاتي:

بالرجوع إلى قواميس اللغة نجد أن الانضباط الذاتي؛ discipline تعني: تأديب، قصاص، انضباط. قاعدة أو قواعد لضبط السلوك أو العمل على ضبط السلوك، ويعرف الضبط لغة بأنه: "حفظ الشيء بالحزم (الرازي، محمد، ١٩٦٧: ٣٧٦)، "ولزوم الشيء وحبسه وضبط الشيء: حفظه بالحزم (ابن منظور، ٢٠٠٣: ٢٨٤-٣٨٥) أما اصطلاحاً فيعرف بأنه: "عملية تعليمية تعني ضبط سلوك التلاميذ وعواطفهم وانفعالاتهم وذلك من خلال قيادة موجهة من أجل تحقيق هدف معين (عامر، ربيع، ٢٠٠٨: ٦٥).

مفهوم الانضباط الذاتي: تعددت مفاهيم الانضباط الذاتي، فقد عرف القاموس الأمريكي الانضباط الذاتي على أنه "التدريب والسيطرة على النفس وعلى التصرفات، غالباً بهدف التحسن الشخصي"، (The American Heritage Dictionary, 2000)، وعُرف الانضباط الذاتي على أنه " قدرة الفرد على تحمل المسؤولية عن أي سلوك والذي يشمل عدداً من الأعمال والقرارات والأحكام التي يمر فيها الفرد في كل يوم في حياته"، (Knapczyk,2004,p.2)، وعرفه (Pavlina, 2005,p.1) على أنه "قدرة الفرد على فعل الأشياء بغض النظر عن الحالة النفسية للفرد". ويرى (Costa,1992,p.18) الانضباط الذاتي على أنه "القدرة على أداء المهام وإنجازها دون ضجر أو ملل"، وعرفه (DeVore, 1990) على أنه قدرة الفرد على تنظيم العمل وتوجيهه نحو الهدف حتى يتم تحقيق الهدف بشكل كامل. ويقول "روبرت بروكر" و"سام غولدشتاين" (٢٠٠٨م) أن المكون الأساسي للانضباط الذاتي هي القدرة على تحمل الضغوط والصدمات التي تحدث للفرد خلال حياته. (انظر: العلي، ٢٠١٢)

ويمكن تعريف الانضباط الذاتي بأنه "عملية نفس حركية، تجعل الشخص قادراً على التحكم بسلوكياته وتصرفاته ورغباته، والالتزام بعادات وتقاليد المجتمع وأداء ما عليه من واجبات من جميع النواحي برقابة ذاتية وحرص متناهي".

وكذلك قدرة الفرد على التحكم في رغباته وتصرفاته وسلوكياته وشهواته، وكذلك تقيده بالنظام العام والعادات والتقاليد، وقيامه بواجباته الدينية والأسرية والعملية على أحسن وجه، سواء كان ذلك بوجود رقيب أو عدم وجوده، بل يقوم الفرد بمراقبة ذاته في السر والعلن. (العلي، ٢٠١٢).

وللانضباط الذاتي عدة مهارات تحققه، وهي ما اشتملت عليها الاستبانة، وأجريت

الدراسة الحالية بصدها وهي؛ ما يلي:

١ - المثابرة؛ Persistence:

وتعني قدرة الفرد على ضبط ذاته في أي عمل يقوم به ومواجهته لأي تحديات

وتكملة هذا العمل.

٢ - التروي أو عدم الاندفاع؛ Deliberation:

وتشير إلى قدرة الفرد على التحكم في ذاته والتفكير، وعد الاندفاع في تصرفاته.

العلاقة بين الانضباط الذاتي والتحصيل الدراسي في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلاب كلية التربية الأساسية في دولة الكويت "دراسة وصفية ارتباطية مقارنة"
د. حصة دغيشم مجد الدغيشم د. ناصر نزال سهو شداد الشمري

مجلة وادي النيل للدراسات والبحوث الإنسانية والاجتماعية والتربوية

٣- الضبط الانفعالي؛ Emotional control:

ويدل على تحكم الفرد في انفعالاته والعمل على ضبطها بحيث لا تؤثر سلباً على ما يقوم به.

٤- التركيز؛ Concentration:

يشير إلى قدرة الفرد على التحكم في ذاته للتركيز في أي عمل يقوم به وعدم الانشغال عن ما يقوم به.

٥- منع السلوك المعيق لتحقيق الأهداف؛ Prevention:

وهو يمثل قدرة الفرد على التحكم في ذاته لمقاومة الإغراءات وترك أي شيء سيئ.

٦- المبادرة؛ Initiation:

قدرة الفرد على التحكم في ذاته لبدء أي عمل يريد القيام به. (عاشور، ٢٠١٤).
ومن التعاريف السابقة يمكن توضيح الانضباط الذاتي على النحو التالي؛ هو تأجيل الإشباع الآني في سبيل نيل الأفضل، وتجنب الابتهاج الآني لتحقيق هدف أسمى وأعلى، والقدرة على التمسك بالأفعال والأفكار، بما يؤدي إلى تحسين كفاءة الانجاز والنجاح.

أما التعريف الإجرائي للانضباط الذاتي هو؛ الدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة، من خلال الأداء على استبيان الانضباط الذاتي في الدراسة الحالية.

التحصيل الأكاديمي:

التحصيل الأكاديمي هو ما ينتج عن التفاعلات التي تتم خلال فترة زمنية مع عوامل مختلفة تؤثر عليه من داخل الفرد ومن خارجه (Umaya, et al., 2013). يتأثر التحصيل الدراسي أو التحصيل التعليمي بعدة عوامل، وهي العوامل الداخلية والعوامل الخارجية، ولمزيد من التفاصيل يمكن اعتبار عدة عوامل على النحو التالي (2017، Haryati)؛ (١) العامل الداخلي وهو العامل الذي يأتي من داخل الفرد. ويتكون العامل الداخلي من عاملين وهما ما يلي: عوامل فسيولوجية، عوامل نفسية، وهي القدرة التي يمتلكها الفرد، مثل (النكاء، الاهتمامات، المواهب، الدوافع، الاتجاهات). بينما العامل الخارجي هو العامل الذي يأتي من خارج الفرد. وتشمل العوامل الخارجية: العوامل البيئية الاجتماعية، والعوامل البيئية غير الاجتماعية، وعوامل نهج التعلم.

وفي التحصيل الدراسي هناك (٣) أنواع من المجالات لمعرفة مستوى التحصيل الدراسي للشخص وأيضاً المؤشرات المطلوبة كمؤشرات توضح مستوى التحصيل الدراسي للشخص (Makmon, 2012) المجال المعرفي (الملاحظة، الذاكرة، الفهم، التطبيق والتحليل والتركيب والتقييم)، والمجال العاطفي (القبول، الترحيب، التقدير/ التقدير، التعمق، التوصيف/ الرؤية)، وكذلك المجال الحركي النفسي (المهارات الحركية والتمثيلية، ومهارات التعبير اللفظي وغير اللفظي). (Wijaya & Sandi, 2020) **التعريف الإجرائي للتحصيل الأكاديمي:** هو المعدل التراكمي لأفراد العينة عن السنوات الدراسية السابقة.

حدود الدراسة:

موضوعية: شملت الدراسة الحالية عينة من طالبات وطلبة من كلية التربية الأساسية ذكور وإناث.

منهجية: تم استخدام المنهج الوصفي المقارن لمناسبته لطبيعة الدراسة.

مكانية: القاعات الدراسية لكلية التربية الأساسية ذكور وإناث في منطقة العارضية.

زمانية: أجريت الاستبانة في زمن مدته (٥٠) دقيقة وهو ما يعادل فترة المحاضرة لكل مجموعة من أفراد العينة وفي نفس اليوم.

الإطار النظري:

يؤثر الانضباط الذاتي بشكل مباشر أو غير مباشر على جوانب معينة من حياة الإنسان مثل الروتين اليومي، والتحصيل الأكاديمي، والتطوير الوظيفي، والاستقلال المالي، والسلوك الصحي، والعواقب الاجتماعية، والتكيف النفسي. وفي هذا الصدد يعد الانضباط الذاتي سمة قيمة يرغب العديد من الأشخاص في الحصول عليها أو يرغبون في تطويرها ضمن حالتهم النفسية. (Şimşir, Z. & Dilmaç, B., 2020)

وقد أصبحت الحاجة ماسة للاهتمام بشخصية الطالب من جميع الجوانب حيث لم يعد دور التربية أو المدرسة مجرد ناقل للمعرفة، أو تحويل الإنسان إلى وعاء للمعلومات أو مجرد مستقبل، مما يجعل من الأهمية بمكان الاهتمام بكل ما يسهم في تحقيق استقرار الفرد واستقلالته (الأطرش، ٢٠١٥).

العلاقة بين الانضباط الذاتي والتحصيل الدراسي في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلاب كلية التربية الأساسية في دولة الكويت "دراسة وصفية ارتباطية مقارنة"

د. حصة دغيشم محمد الدغيشم د. ناصر نزال سهو شداد الشمري

مجلة وادي النيل للدراسات والبحوث الإنسانية والاجتماعية والتربوية

ويأتي موضوع الانضباط الذاتي لدى الطلاب في المؤسسات التعليمية العامة والفنية في الفترة التي تعمل تلك الجهات على استخدام مختلف التقنيات لضبط هؤلاء الطلاب، وبذلك فإن أهمية التعرف على موضوع الانضباط الذاتي وكذلك العوامل الداعمة له، سيساعد مؤسسات التعليم على تطبيق ما هو مفيد لدعم انضباط الطالب. وقد جاء هذا البحث، من خلال الاستفادة من العديد من الأدبيات في مجال السلوك الإنساني والانضباط الذاتي.

ويؤكد ديفوار؛ (DeVore, 1990) أن الانضباط الذاتي مفتاح النجاح، وعاملاً رئيسياً في ترتيب الأولويات من الأعمال بشكل سليم، ومنحها الوقت الكافي لإنجازها، فضلاً عن أنه يساعد الأفراد على امتلاك طاقة لا يمكن أن تعيقها صعوبات التعليم والدراسة، يبدأ هذا السلوك من الفكرة في تحقيق الهدف وتنظيم الواجبات لبلوغ النتيجة المرجوة في التحصيل، والارتقاء بالفرد لأعلى المستويات.

ويُعد الانضباط الذاتي من الأمور الأساسية التي يجب أن يتسم بها الكثير من الأشخاص، ففي حالة عدم تواجد الانضباط الذاتي بشكل جيد في الشخص من الممكن أن يعطله ذلك عن الكثير من النجاحات التي تنتظره، لذلك يفضل أن نقف على الطرق المناسبة لزيادة قوة الانضباط الذاتي لدى الفرد والسيطرة بشكل ما على نفسه في العديد من المواقف المختلفة التي تقابله في حياته. ولا يمكن تحقيق أي نجاح شخصي، أو إنجاز، أو هدف دون تحقيق الانضباط الذاتي؛ فهي السمة الأكثر أهمية، والسمة المطلوبة لتحقيق أي نوع من أنواع التميز الشخصي، أو التفوق الرياضي، أو البراعة في الفنون، أو الأداء المتميز(انظر: العدل، ٢٠٢٣).

ويوضح كنبسيك؛ Knapczyk، أن الانضباط الذاتي هو القدرة على التحكم في الدوافع، والعواطف، والرغبات، والسلوك، كما أنه أيضاً يتحكم في رفض أساليب التمتع الأخرى التي يُمكن أن تؤدي إلى أن يحيد الإنسان عن هدفه؛ وذلك لصالح الحصول على السعادة التي تحدث على المدى البعيد من خلال تحقيق أهداف أعلى وأكثر أهمية. (Knapczyk, 2004)

وتجدر الإشارة إلى أن الانضباط الذاتي لا يعني عيش حياة مقيدة، ولا يعني أيضاً التخلي عن كل ما يستمتع به الفرد، أو التخلي عن المتعة والاسترخاء، فهو يعني تعلم كيفية تركيز العقل، والطاقة على تحقيق الأهداف، والمثابرة حتى يتم إنجازها، كما يعني

أيضاً تنمية عقلية التحكم التي يكون فيها اختيارات الفرد المتعمدة بدلاً من المشاعر أو العادات السيئة، أو التأثير على الآخرين، كما يتيح الانضباط الذاتي الوصول إلى الأهداف في إطار زمني معقول، والعيش حياة أكثر تنظيمًا وإرضاءً (Heathfield, 2007).

كما يقصد بالانضباط الذاتي وفق ما ذكرته منصور (٢٠٢٣)، هو القدرة على دفع النفس إلى الأمام، وجعل الشخص متحفزاً بشكل دائم، والقدرة على اتخاذ الإجراءات اللازمة في وقتها، بعيداً عن الشعور الجسدي أو العاطفي، ويظهر ذلك جلياً عند اختيار الشخص عن قصد العمل وراء شيء أفضل لنفسه، بغض النظر عن وجود عوامل تمنعه عن ذلك مثل الاحتمالات غير الصحيحة، والعمل المتعب، ويساعد الانضباط الذاتي على متابعة الأهداف والعمل بجد.

ويمكن القول أن الانضباط الذاتي هو "القدرة على صنع النفس" من خلال فعل الأشياء التي تعرف أنه يجب عليك القيام بها حتى عندما لا ترغب في ذلك" (Cambridge Dictionaries Online, 2016)، "القدرة على السيطرة على مشاعر المرء والتغلب على نقاط ضعفه" (Oxford Dictionaries, 2016). ومن المؤكد أن "انضباط النفس يظهر في أشكال مختلفة، مثل المثابرة، وضبط النفس، والتحمل، والتفكير قبل التصرف، والانتهاز من ما تبدأ في الفعل، وكما هي القدرة على تنفيذ قراراتك وخطتك، على الرغم من الإزعاجات أو المصاعب أو العوائق، فهو يعني أيضاً ضبط النفس، والقدرة على تجنب الإفراط غير الصحي في أي شيء يمكن أن يؤدي إلى عواقب سلبية" (Sasson, 2016).

ومن الملاحظ أن انخفاض مستوى الانضباط الذاتي الفردي يؤدي إلى مشاكل مختلفة في الحياة الاجتماعية والشخصية (Duckworth & Seligman, 2005)، والعكس بالعكس، فإن الثقة القوية والمستوى العالي من الانضباط الذاتي تسهل النجاح وتحقيق إنجازات أفضل والوصول إلى الأهداف (de Ridder, Lensvelt-Mulders, Finkenauer, Stok, & Baumeister, 2012) والتي بدورها تعمل على تحسين الحالة المزاجية وتجعل الناس أكثر سعادة (Hofmann, Luhmann, Fisher, Vohs, & Baumeister, 2013). فالأشخاص الذين يتمتعون بمستوى عالٍ من الانضباط الذاتي هم أكثر قدرة على التحكم أنشطتهم اليومية والروتينية، ونتيجة لذلك، عادة ما يتجنبون المشاكل ويتعاملون مع المهام ويتغلبون عليها الصعوبات. ويحاول هؤلاء

العلاقة بين الانضباط الذاتي والتحصيل الدراسي في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلاب كلية التربية الأساسية في دولة الكويت "دراسة وصفية ارتباطية مقارنة"

د. حصة دغيشم محمد الدغيشم د. ناصر نزال سهو شداد الشمري

مجلة وادي النيل للدراسات والبحوث الإنسانية والاجتماعية والتربوية

الأشخاص دائماً العثور على الحل الأنسب لحل المشكلة، وتظل الظروف غير المواتية أطول من تلك التي لا يمكن فيها ضبط النفس (Hofmann, Baumeister, Förster, & Vohs, 2012).

قد وجد أيضاً أن إنجازات الطلاب في الجامعة يمكن التنبؤ بها بشكل أفضل بناءً على مستوى الانضباط الذاتي وليس على الدرجات الموضحة في الشهادة المدرسية (Baumeister, & Tierney, 2011).

وقد ذكرت جامعة "بنسلفينيا" أن الانضباط الذاتي هو مفتاح النجاح الأكاديمي، فالطلاب الذين يتمتعون بالانضباط الذاتي المرتفع يتفوقون بشكل عام على الطلاب ذوي الانضباط الذاتي المنخفض حتى لو كانوا يتمتعون بنفس القدرة الفكرية.

وأكد أوليفر نابليون هيل؛ Hill, Napoleon (٢٠٢٢)، في كتابه "قانون النجاح": "أن الانضباط الذاتي يبدأ بإبتقان الأفكار، في حال عدم التحكم في الرأي، يمكن أن تتحكم في الفعل، وهو الذي يمكن الفرد من التفكير أولاً، والعمل بعد ذلك".

ومن أنواع الانضباط الذاتي ما يلي:

الانضباط النشط: وهو كل ما يمكن أن يحتاجه الشخص في نفس الوقت، كتناول وجبة صحية واحدة على الأقل خلال اليوم، والحد من أي شيء من شأنه تشتيت انتباهه وخاصة إذا كان العمل هو في مجال الدراسة، كما يستطيع الشخص أن يستعين ببعض التمرينات الرياضية، كتمارين التأمل مثلاً.

الانضباط التفاعلي: أي القدرة على التحكم بالأفكار والسلوكيات في أثناء التعامل مع المواقف المفاجئة وغير المتوقعة، التي من الممكن أن يتعرض لها الفرد في أي يوم من الأيام، مثل التعرض لحادث مرور أثناء التوجه إلى العمل، أو نسيان مفاتيح المكتب في المنزل، أو الاضطرار إلى التعامل مع الأشخاص سيئي الطباع.

الانضباط الاستباقي: ويعني إنجاز الأشياء في وقت مسبق، ويتلخص في قدرة الشخص على التحكم في المواقف والتعامل معها بشكل أفضل، كتحديد أوقات معينة للقبولة، أو اصطحاب مظلة عند الخروج في يوم متوقع أن تمطر فيه السماء.

وللانضباط مراحل لتحقيق الأهداف والنجاح في إنجاز الأعمال تتم في إطار

تنظيمي هو ما يلي:

- **الشغف:** أي تحمس الشخص للهدف الذي يسعى لتحقيقه، الذي يتكون من التركيز المستمر في الأعمال التي تنتهي بالهدف المرجو منها.

- **التخطيط:** وهو يعني تنظيم الأعمال ضمن خطة معينة مرتبطة بجدول زمني محدد.
 - **التقييم:** يبنى ذلك على الشغف المنطقي غير المبالغ فيه، وتحديد طريقة تحقيق الخطة، وهي تعزز ثقة الفرد بنفسه.
 - **ومن مهارات الانضباط الذاتي ما يلي:**
 - **العمل بحب:** وذلك بعدم تأجيل الأعمال الصعبة والمتعة أبدأ، وإنما بامتلاك القوة والجلد لإنجاز كل الأعمال التي يرغب بها في الحياة ويتمناها.
 - **الابتعاد عما يشتهى الانتباه:** بالابتعاد عن العوامل التي تشتت الانتباه في العمل، مما يؤدي إلى إنتاجية الفرد في عمله، ومنها الهواتف المحمولة.
 - **البدء بالأمر الصعبة أولاً:** العمل على الابتداء بالأمر الصعبة وعدم تأجيلها والبدء بالأمر السهلة والبسيطة.
 - **اتخاذ القرارات:** امتلاك القدرة على اتخاذ القرارات الناجحة في كل وقت عند الحاجة إليها، من خلال دراسة المعلومات، وتفسيرها، ثم اتخاذ القرار المناسب لها.
 - **البحث المستمر:** الاعتماد على قواعد معينة للعمل، وأهمها القيام بإجراء البحث الخاص بأي هدف يسعى إلى تحقيقه.
 - **عدم الاستسلام للتوقعات:** من خلال العمل على الإنجاز دون تحديد التوقعات المحبطة، التي تؤخر النجاح.
 - **المحاولة وعدم الخوف من الفشل:** ويتمثل في السعي المتواصل لتحقيق الأهداف، والمواظبة على المحاولة (انظر: منصور، ٢٠١٦).
 - **استراتيجيات الانضباط الذاتي:**
- في السعي لتحقيق الانضباط الذاتي، غالبًا ما يواجه المرء حاجز التأخير الخفي والهائل. وهذا الميل إلى تأجيل المهام ليس مجرد عادة، بل هو لغز نفسي معقد يتشابك مع إدراكنا للوقت، والمكافأة، والتنظيم الذاتي. للتنقل في هذه المتاهة، يجب على المرء أن يستخدم نهجا متعدد الأوجه يتناول كل من دوائر العقل وتأثير البيئة.
- ١- **تصور الوقت:** تصور المستقبل يمكن أن يكون علاجًا قويًا للمماطلة. على سبيل المثال، إنشاء جدول زمني مفصل بمراحل محددة للمشروع يمكن أن يجعل الملخص ملموسًا، مما يسد الفجوة بين الإجراءات الحالية والفوائد المستقبلية.
- ٢- **الأهداف الصغيرة:** تقسيم المهمة الشاقة إلى أجزاء أصغر يمكن التحكم فيها يمكن أن يقلل من الإرهاق الذي يغذي المماطلة. لننظر إلى الكاتب الذي يهدف إلى

العلاقة بين الانضباط الذاتي والتحصيل الدراسي في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلاب كلية التربية الأساسية في دولة الكويت "دراسة وصفية ارتباطية مقارنة"

د. حصة دغيشم محمد الدغيشم د. ناصر نزال سهو شداد الشمري

مجلة وادي النيل للدراسات والبحوث الإنسانية والاجتماعية والتربوية

إكمال الرواية؛ إن تحديد هدف يومي لعدد الكلمات يحول المسعى الملحمي إلى سلسلة من الانتصارات القابلة للتحقيق.

٣- **تصميم البيئة:** يعد تغيير البيئة المحيطة بالفرد لتقليل عوامل التشنيت والإغراءات أمراً بالغ الأهمية. قد يجد الطالب النجاح من خلال الدراسة في مكتبة خالية من وسائل الراحة المنزلية، وبالتالي خلق مساحة تساعد على التركيز.

٤- **أدوات الالتزام:** إن إلزام النفس بمسار العمل يمكن أن يعزز العزيمة. يمكن أن يكون هذا إعلاناً عاماً لأهداف الفرد على وسائل التواصل الاجتماعي، مما يعزز الرغبة في الاتساق والمساءلة الاجتماعية للبقاء على المسار الصحيح.

٥- **هيكل المكافآت:** يمكن المكافآت الفورية أن تعوض عن الإشباع المتأخر المتأصل في الأهداف طويلة المدى. قد يكافئ المبرمج نفسه بوجبة خفيفة مفضلة بعد إصلاح الخلل، وبالتالي يقرن المتعة السريعة بالتقدم.

٦- **ممارسة اليقظة الذهنية:** تنمية الوعي باللحظة الحالية يمكن أن تقلل من القلق الذي غالباً ما يصاحب بداية المهمة. كما أن الانخراط في جلسات تأمل قصيرة قبل بدء العمل يمكن أن يزيل ضباب المقاومة الذهني.

ومن خلال دمج هذه الاستراتيجيات، يمكن للمرء بناء إطار قوي للانضباط الذاتي الذي لا يحارب المماثلة فحسب، بل يعزز أيضاً عادة العمل في الوقت المناسب، مما يمهد الطريق لتنمية عادات فعالة تدوم. (Faster-Capital, 2024).

الانضباط الذاتي لدى الطلاب:

ممكن أن يكون تعريفه بأنه "الحفاظ على تركيز الطالب في المهام والفصول الدراسية وعدم تشتيت الانتباه أثناء المحاضرات أو أوقات الدراسة والتأكد في أنه على الطريق الصحيح حتى وصوله إلى الهدف".

وتجدر الإشارة إلى أن الانضباط الذاتي ليست مهارة تولد مع الإنسان، إنما يمكن تعلم الانضباط الذاتي وقوة الإرادة مثلها مثل تنمية العضلات (يمكن تحسينها مع الوقت). والإرادة والانضباط الذاتي هما المحركان القويان اللذان يوفران القوة الداخلية لإنجاز أي شيء نرغب في القيام به.

خطوات الانضباط الذاتي للطلاب:

١. معرفة نقاط القوة والضعف لوضع استراتيجيات مناسبة وذلك بوضع خطط بشكل استباقي قبل البدء بالدراسة وجدولة أوقات الدراسة على أن تكون غير قابلة للتداول والتعديل.
 ٢. الشعور بالفترة التي يكون لديك الحافز للاستفادة من زيادة انتاجيتك وقدرتك على الدراسة.
 ٣. التعرف على العيوب الخاصة المتعلقة بك لتجنبها وتمنع وجودها كأن تكون عائناً في تشتيت ذهنك.
 ٤. الانضمام الى مجموعة دراسية تساعدك على التركيز في الدراسة ومراجعة المحاضرات للثبوت.
 ٥. تنظيم وإدارة الوقت كأن تقسم وقتك ما بين الدراسة وأوقات الراحة وأوقات استخدام التكنولوجيا الخاصة بك.
- فالانضباط الذاتي لا يعني التصرف وفقاً لقواعد وسلوك الآخرين إنما يجب أن يكون سلوكاً نابعا من النفس يجعلك تتصرف وفق حسك وعقلك، بحيث تتمكن بأهدافك المستقبلية وعدم تغييرها بسبب صعوبات قد تواجهك أو كسلاً يعيق تنفيذ خططك. وبما أن الانضباط عادة مكتسبة (مهارة) كأى مهارة يمكن اكتسابها وتميئتها تحتاج فقط إلى تكرار حتى تصبح سهلة وثقائية.
- وحتى تصبح شخصاً منضبطاً تحتاج إلى تكرار نفس النشاط عدة مرات وليس لمرة واحدة، تدريجياً ستتحسن قوتك وانضباطك الداخلي، ويساعد وجود العزيمة والاصرار على تكرار الأمر في تحسين كفاءة الانضباط. (<https://aleballc.com/> الانضباط الذاتي، ٢٠٢٤)

دراسات سابقة:

من خلال البحث في محركات البحث المختلفة؛ وعدد من المجالات العلمية المحكمة العربية والأجنبية تمكن الباحثان من الحصول على بعض الدراسات العربية والأجنبية المقاربة للدراسة الحالية، والكثير منها يبحث في علاقة الانضباط الذاتي بمتغيرات أخرى، ولاحظ الباحثان وجود قلة في الدراسات العربية في مجال الطلاب الجامعيين التي تناولت الانضباط الذاتي وعلاقته بالتحصيل الدراسي، وذلك بحدود ما تمكن الباحثان من الوصول إليه وهي؛ ما يلي:

دراسات عربية:

أجرى دانييل فوير؛ (Daniel, F. (2011)، الأستاذ الدكتور في جامعة برونزويك الكندية؛ Brunswick university، دراسة طولية، هدفت إلى معرفة سر تفوق الإناث على الذكور من سن الحضانة وحتى الجامعة، والتي شملت قرابة مليون طالب وطالبة، وذكرت الدراسة أن ذلك يعود لعدة أسباب وصفات أبرزها الانضباط الذاتي لدى الإناث، والذي يتمثل بحسن الإصغاء إلى التعليمات واتباعها بدقة، والانتباه وإتمام الواجبات وحسن التنظيم لدى الفتيات الصغار.

وتم تحليل بيانات أداء الإناث والذكور شمل أكثر من (٣٠) بلداً بما فيها دول عربية مثل السعودية والأردن ومصر، منذ العام ١٩٩٤ وحتى ٢٠١١، تبين أن ميزة الإناث أبرزت تفوقهن في علامات المدرسة (للأنشطة داخل الحصص) بغض النظر عن المادة والمساق، وتعكس الدرجات مكتسبات التعليم في سياق اجتماعية أكبر من الصف ذاته، أي تستدعي الإصرار والمثابرة على مدى فترات أطول، فيما تقيم الامتحانات القدرات الأساسية أو القدرات الأكاديمية المتخصصة في مرحلة معينة من سيرة الطالب أو الطالبة الدراسية دون المؤثرات الاجتماعية. وقد تضخم الفرق في الدرجات بين الإناث والذكور في مواد اللغة وتضائل الفارق لحدوده الدنيا في العلوم والرياضيات، ولم يبرز تفوق أداء الإناث في المدرسة بمواد الرياضيات والعلوم إلا في مراحل ما قبل المتوسطة والمتوسطة، وازاد الفارق في الدرجات بين الإناث والذكور (لصالح الإناث) من التعليم الابتدائي حتى الإعدادي ولكنه تراجع بين مرحلتي الثانوية والجامعية. ودقق القائمون على الدراسة في (٣٦٩) من عينات الدراسات التي شملت نتائج (٥٣٨,٧١٠) شاب و(٥٩٥,٣٣٢) فتاة، من كل من السعودية والأردن والولايات المتحدة (حصتها بلغت ٧٠% من العينة) ودول عديدة أخرى في كل القارات، وجرى تقييم الفارق بين درجات يمنحها المعلم أو المعلمة أو الدرجات الرسمية التي تم إقرارها في الامتحانات عن المراحل الابتدائية والوسطى والثانوية والجامعية. وتمثل السر في تفوق أداء الإناث مقابل أداء الذكور في الدراسة، هو الانضباط الذاتي، فقد فسر القائمون على الأبحاث الجديدة أن العوامل الاجتماعية والثقافية قد تلعب دوراً كبيراً في ذلك، فقد يفترض الأهل أن الأولاد أفضل من البنات في الرياضيات والعلوم مما يدفعهم لتشجيع البنات على الدراسة

أكثر ويؤدي ذلك إلى تفوقهن. كما يلعب أسلوب التحصيل العلمي المختلف لدى كل من البنات والأولاد دوراً في تفوق الإناث، اللاتي يسعين عادة للتركيز على فهم المادة فيما يسعى الذكور للتركيز على تحقيق النتائج النهائية من دراستهم.

أما دراسة دروزة (٢٠١٣)، فقد كان الهدف هو التحقق فيما إذا كان لتدريب الطالب على الانضباط الذاتي في التعلم أثر في رفع درجة هذا الانضباط، ومن ثم انعكاسه على تحسين مستوى تحصيله الأكاديمي. ولتحقيق هذا الغرض، أخذت شعبتان متيسرتان من طلبة البكالوريوس المسجلين في كلية العلوم التربوية في جامعة النجاح الوطنية بلغت (١٠٠) طالباً وطالبة. استخدمت إحداهما كمجموعة تجريبية تلقت تدريباً على الانضباط الذاتي في التعلم، واستخدمت الثانية كمجموعة ضابطة لم تتلق أي تدريب، ثم أخذت شعبة أخرى متيسرة من طلبة الماجستير، بلغت ستة وعشرين طالبا وطالبة، واستخدمت كمجموعة تجريبية وضابطة في آن معا. استخدمت الباحثة استبانة تكونت من جزأين: الأول وتكون من (٢٠) فقرة، عكست الانضباط الذاتي في التعلم، والثاني تكون من (٦) أسئلة من النوع شبه المفتوح، سألت الطالب عن معلومات شخصية محددة. وزعت الاستبانة على العينة المدروسة مرتين: مرة قبل التدريب، ومرة بعده، وأعطوا في نهاية التجربة اختباراً تحصيلياً في المادة التي درسوها، وتدريبوا عليها. وتوصلت إلى أن المتوسط العام لاستجابات الطلبة على استبانة الانضباط الذاتي في التعلم فاق الأربع نقاط من أصل خمس، أي زاد على نسبة (٨٠%)، سواء أكان ذلك على مستوى البكالوريوس أم على مستوى الماجستير، وارتفعت هذه النسبة بفرق ذي دلالة إحصائية ($p > 0.05$) بعد أن تلقت المجموعات التجريبية تدريباً على كيفية ضبط عملية تعلمهم بأنفسهم مقارنة بالمجموعات الضابطة التي لم تتلق تدريباً. وتوصلت الدراسة أيضاً إلى أن طلبة الماجستير كانوا أعلى درجة في ضبط عملية التعلم من طلبة البكالوريوس، ويفارق له دلالة إحصائية ($p > 0.05$)، في حين لم يكن لجنس الطالب، ولا مقدرته الأكاديمية، ولا تخصصه، أو عمره، أو حالته الصحية، أو تحصيله الأكاديمي أثر في هذا الانضباط. وبناء على هذه النتائج، أوصت الباحثة الدارسين الآخرين أن يستخدموا برنامجاً تدريبياً أطول زمناً في دراسات مستقبلية مشابهة، وذلك حتى يتمكن الطالب من تمثل الانضباط الذاتي في نفسه، وليصبح عادة دراسية يمارسها في أثناء دراسته، ومن ثم لينعكس إيجاباً على تحصيله الأكاديمي.

العلاقة بين الانضباط الذاتي والتحصيل الدراسي في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلاب كلية التربية الأساسية في دولة الكويت "دراسة وصفية ارتباطية مقارنة"

د. حصة دغيشم محمد الدغيشم

د. ناصر نزال سهو شداد الشمري

مجلة وادي النيل للدراسات والبحوث الإنسانية والاجتماعية والتربوية

وأجرى العدل دراسة هدفت (٢٠٢٣) إلى تعرّف واقع اليقظة العقلية والانضباط الذاتي لمعلمي التعليم الثانوي العام والفني، ودراسة الفروق في متغيري البحث بين المعلمين والمعلمات، وبين معلمي الثانوي العام والفني، وكذلك الفروق وفق المؤهل الدراسي للمعلم، بلغت العينة (١٩٨) معلماً ومعلمة بعدد (٩٣) معلماً وعدد (١٠٥) معلمة؛ منهم (٩٨) معلماً بالتعليم الثانوي العام، وعدد (١٠٠) معلم بالتعليم الثانوي الفني، وعدد (١٣٢) معلماً حاصلين على بكالوريوس ودبلوم خاص، ومنهم (٦٦) معلماً حاصلون على ماجستير ودكتوراه في التربية، وقام الباحث باستخدام مقياسين؛ مقياس اليقظة العقلية الخماسي إعداد (Baer et al., 2006)، وتطوير مقياس الانضباط الذاتي، وباستخدام المنهج الوصفي انتهت النتائج إلى أن مستوى توافر أبعاد اليقظة العقلية لدى العينة بين متوسطة ومنخفضة، وأعلى الأبعاد الوصف، فيما كان أقلها بُعد التصرف بوعي، والمستوى العام جاء متوسطاً، مستوى توافر أبعاد الانضباط الذاتي لدى العينة بين متوسطة ومنخفضة، وأعلى الأبعاد الرغبة في تحقيق الهدف، فيما كان أقلها مقاومة الإغراءات؛ والمستوى العام جاء متوسطاً، ووجود علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائياً بين أبعاد اليقظة العقلية والدرجة الكلية وأبعاد الانضباط الذاتي والدرجة الكلية، ووجود فروق بين المعلمين والمعلمات في اليقظة العقلية لصالح المعلمين، فيما كانت الفروق بين المعلمين والمعلمات في الانضباط الذاتي لصالح المعلمات، ووجود فروق بين معلمي التعليم الثانوي العام ومعلمي التعليم الثانوي الفني في اليقظة العقلية والانضباط الذاتي لصالح معلمي التعليم الثانوي العام، ووجود فروق بين المعلمين الحاصلين على بكالوريوس ودبلوم خاص والمعلمين الحاصلين على ماجستير ودكتوراه في اليقظة العقلية والانضباط الذاتي لصالح المعلمين الحاصلين على ماجستير ودكتوراه، وأوصى البحث بأهمية اليقظة العقلية ودورها الإيجابي في رفع كفاءة المعلم في تعزيز مستويات الانضباط الذاتي .

كما هدفت دراسة هيبية (٢٠١٦) إلى فحص الخصائص السيكومترية لمقياس ضبط الذات (إعداد وليد عاشور، ٢٠١٤) باستخدام نموذج راش، على عينة بلغت (٢٩٧) طالباً (٦٩ ذكور، ٢٢٨ إناث)، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود عدد من المفردات غير الملائمة مع نموذج راش، ففي بعد المثابرة كان هناك ثلاث مفردات غير ملائمة

مع نموذج راش، في بعد التروي مفردتين، وفي بعد الضبط الانفعالي مفردة واحدة، وفي بعد منع السلوك المعيق لتحقيق الأهداف مفردة واحدة، أما بعدى التركيز، والمبادأة فكانت جميع مفرداتها ملائمة مع هذا النموذج. كما تم تقدير ثبات مفردات أبعاد مقياس ضبط الذات فكانت (المثابرة ٠.٩٧، التروي ٠.٩٦، الضبط الانفعالي ٠.٩٨، التركيز ٠.٩٦، منع السلوك المعيق لتحقيق الأهداف ٠.٩٨، المبادأة ٠.٩٩)، وتم حساب ثبات الأفراد فكانت (المثابرة ٠.٧٧، التروي ٠.٨١، الضبط الانفعالي ٠.٧٤، التركيز ٠.٧٢، منع السلوك المعيق لتحقيق الأهداف ٠.٧٨، المبادأة ٠.٧٧).

وهدفنا دراسة الأطرش (٢٠١٥) التعرف إلى مستوى ضبط الذات لدى طلبة تخصص التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية، بالإضافة إلى تحديد الفروق في مستوى ضبط الذات تبعا لمتغيرات (الجنس، السنة الدراسية، المنطقة الجغرافية). ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة طبقية عشوائية قوامها (١٠٠) طالبا وطالبة من كلية التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية، حيث تمثل عينة الدراسة (٢٠%) من مجتمع الدراسة، ولجمع البيانات تم استخدام مقياس ضبط الذات بعد تعريبه في دراسة الربيع وعطية (٢٠١٦) وإجراء معاملي الصدق والثبات له. ولتحليل البيانات تم استخدام برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS). وأظهرت النتائج أن مستوى ضبط الذات لدى طلبة تخصص التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية كان مرتفعا، حيث بلغت النسبة المئوية للاستجابة (٧٤.٤١%). كما وأظهرت النتائج وجود فروق دلالة إحصائية في مستوى ضبط الذات تعزى لمتغيري الجنس والسنة الدراسية، وعدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى ضبط الذات تعزى لمتغير المنطقة الجغرافية. وأوصت الدراسة بعدة توصيات كان أهمها إجراء المزيد من الدراسات والبحوث حول ضبط الذات ووضع البرامج والحلول المناسبة للحد من هذه العوامل والمؤثرات.

وهدفنا دراسة منصور، هاني عبدالنور وزملاؤه (٢٠٢٢) إلى التعرف على الفروق في مستوى الضبط الذاتي وأبعاده وفقا لمتغيرات الديموجرافية النوع (ذكور/ إناث)، التخصص الجامعي (أدبي/ علمي)، مكان السكن (ريف/ حضر) لدى طلاب الجامعة، وتكونت عينة البحث من (٣٩٦) طالب وطالبة منهم (١٦٥) طالبا و(٢٣١) طالبة ببعض الكليات من طلاب جامعة الفيوم للعام الدراسي (٢٠٢١/ ٢٠٢٢م)، وقد تراوحت

العلاقة بين الانضباط الذاتي والتحصيل الدراسي في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلاب كلية التربية الأساسية في دولة الكويت "دراسة وصفية ارتباطية مقارنة"

د. حصة دغيشم محمد الدغيشم

د. ناصر نزال سهو شداد الشمري

مجلة وادي النيل للدراسات والبحوث الإنسانية والاجتماعية والتربوية

أعمارهم من (١٨ - ٢٢) عاما واعتمد البحث على المنهج الوصفي: واستخدم الباحث مقياس الضبط الذاتي (إعداد الباحث). وقد كشفت نتائج البحث الحالي عن عدم وجود فروق تبعا للنوع في الدرجة الكلية للضبط الذاتي وبعدي التروي وتقييم الذات، في حين أسفرت النتائج عن وجود فروق بين متوسطي درجات الذكور والإناث في بعد إدارة الانفعالات لصالح الذكور، وفي بعد تعزيز الذات لصالح الإناث، كما أسفرت النتائج عن عدم وجود فروق في الضبط الذاتي لدى عينة الدراسة تبعا للتخصص (علمي/ أدبي)، كما كشفت النتائج عن عدم وجود فروق في الضبط الذاتي لدى عينة الدراسة تبعا لمكان السكن (ريف/ حضر).

دراسات أجنبية:

هدفت دراسة برون، وزملاؤه؛ (Brown, G.T., et al. (2016) إلى استكشاف معتقدات الطلاب حول دور وأهمية الملاحظات، وعلاقة هذه المعتقدات بالتنظيم الذاتي والكفاءة الذاتية المبلغ عنها ذاتيًا والتحصيل الأكاديمي. شارك في الدراسة ٢٧٨ طالبًا جامعيًا في مقرر عام حول نظريات التعلم وأساليبه في جامعة بحثية. تم تقييم استجابات الطلاب من خلال استبيان عن تصوراتهم للملاحظات، والتنظيم الذاتي، والكفاءة الذاتية الأكاديمية، والمعدل التراكمي باستخدام تحليل العوامل التأكيدية، وتم الربط بين هذه العوامل باستخدام نموذج المعادلات الهيكلية. أظهرت النتائج أن ثلاثة عوامل لتصورات الملاحظات تتنبأ بالتنظيم الذاتي والمعدل التراكمي. كان لعامل "أستخدم الملاحظات" ارتباطات إيجابية مع التنظيم الذاتي ($\beta = .44$)، والمعدل التراكمي ($\beta = .45$)، والكفاءة الذاتية الأكاديمية ($\beta = .15$) في المقابل، أظهرت عوامل "تعليقات المدرس/المصحح" و"مساعدة الأقران" ارتباطات سلبية مع المعدل التراكمي ($\beta = -.41$) و-١٦، على التوالي. (وكان لـ "مساعدة الأقران" ارتباط إيجابي مع التنظيم الذاتي ($\beta = .21$). وساهمت الكفاءة الذاتية الأكاديمية بشكل طفيف في المعدل التراكمي العام ($\beta = .16$)، بينما لم يكن للتنظيم الذاتي أي علاقة إحصائية كبيرة بالمعدل التراكمي. يشير النموذج إلى أهمية الاعتقاد بأن الملاحظات تهدف إلى توجيه الخطوات التالية في التعلم، مما يعزز التنظيم الذاتي، والكفاءة الذاتية، وزيادة المعدل التراكمي.

بينما هدفت دراسة "كوربونوفسا" ومجموعة من زملائه؛ Gorbunovsa, A.; et al (٢٠١٦) إلى إثبات أن الانضباط الذاتي في عملية اكتساب المعرفة الروتينية اليومية يمكن اعتباره معياراً رئيسياً لتحسين نتائج التعلم. يثبت المؤلفون هذا البيان من خلال تحليل بيانات مستويات نشاط المتعلم داخل بيئة التعلم الإلكتروني التعاوني ومستويات الكفاءة المناسبة المحققة. كما تمت مناقشة قضايا الانضباط الذاتي والدافعية. تكونت العينة التجريبية من (١٤٥) طالباً من طلاب البكالوريوس في السنة الأولى بجامعة ريجا التقنية؛ Riga Technical University، الذين حضروا دورة التعلم المدمج "تخطيط الأعمال للأسواق المفتوحة Business Planning for Open Markets (BPOM)". يشمل تقييم نظام المحفظة الإلكترونية الذي تم إنشاؤه ما يلي: (أ) التحقق من صحته، أي العملية في المرحلة النهائية من النظام يجب أن يكون التطوير مقتنعاً بأن النتائج المحققة تفي بالغرض، الذي تم تحقيقه من خلال النموذج الأولي الفحص، بما في ذلك أنشطة المستخدمين في Living Lab، ونتائج الاستطلاع الخاصة بهم فيما يتعلق بسهولة استخدام النظام وفعاليتها، وآراء الخبراء، من بينهم - في المؤتمرات العلمية الدولية ومراجعات المنشورات؛ وقد كانت النتيجة هي أن الانضباط الذاتي يلعب دوراً حاسماً في تحقيق أهداف التعلم. على سبيل المثال، انظر الشكل ١. وقد وجد أن هناك علاقة ارتباطية موجبة متوسطة بين الانضباط الذاتي (عدد الفروض المنجزة). ٢- الأنشطة الروتينية ضمن نظام المحفظة الإلكترونية) وتحقيق مستويات الكفاءة في نهاية الدورة بالنظر إلى نتيجة معاملات الارتباط ومستوياتها الدالة إحصائياً. إلى جانب ذلك، هناك أيضاً علاقة إيجابية بين عدد ملفات تسجيل الدخول (معلمة الانضباط الذاتي الثانية) وعدد المهام المنجزة المحسنة / الملفات المقدمة بالإضافة إلى تحقيق مستويات كفاءة عالية في نهاية الدورة، تبرز التأثير الإيجابي للانضباط الذاتي على نتائج التعلم، وفي الوقت نفسه، وجدنا علاقة ضعيفة بين الأنشطة داخل نظام المحفظة الإلكترونية ونتائج الاختبار الأولية. وعليه يمكن استنتاج أن إنجازات الطلاب في نهاية الدورة لا تعتمد على مستويات كفاءتهم الأولية. بل أن الانضباط الذاتي هو العامل الرئيسي الذي يؤثر على المتعلمين ويتيح لهم تحقيق الأهداف.

العلاقة بين الانضباط الذاتي والتحصيل الدراسي في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلاب كلية التربية الأساسية في دولة الكويت "دراسة وصفية ارتباطية مقارنة"

د. حصة دغيشم محمد الدغيشم

د. ناصر نزال سهو شداد الشمري

مجلة وادي النيل للدراسات والبحوث الإنسانية والاجتماعية والتربوية

قامت دوک وورث، وزملاؤها؛ Duckworth, A. L. (2019) بدراسة دور التحكم الذاتي في التحصيل الأكاديمي. وبدأت بتعريف التحكم الذاتي والتمييز بينه وبين مفاهيم أخرى ذات صلة. بعد ذلك، تم تلخيص الأدلة التي تشير إلى أن معظم الطلاب يواجهون صراعاً بين الأهداف الأكاديمية التي يقدرونها على المدى الطويل والأهداف غير الأكاديمية التي يجدونها أكثر إرضاءً في نفس اللحظة. ثم تم الانتقال إلى الأدلة الطولية التي تربط التحكم الذاتي بالتحصيل الأكاديمي ودرجات المقررات والأداء في اختبارات التحصيل القياسية. تم استخدام نموذج عملية التحكم الذاتي لتوضيح كيفية توليد وضبط الدوافع، مع التركيز على الفرص التي يمكن للطلاب من خلالها تعزيز الدوافع المتوافقة مع الأهداف الأكاديمية وتقليل الدوافع التي تتعارض معها. ثم تم بناء على ذلك تقديم توجهات مستقبلية للعلم والممارسة.

وهدفنا دراسة الزميلان ويجايا؛ وساندي؛ (Wijaya, Z. R. & Sandi, 2020)، إلى معرفة تأثير الدافعية والانضباط والثقة على التحصيل الدراسي. طريقة البحث المستخدمة هي طريقة البحث الكمي مع نوع بحث العلاقة السببية أو العلاقة المتبادلة. كانت عينات البحث التي تم أخذها جميع طلاب برنامج دراسة الإدارة بمعهد ماناجمين وياتا إندونيسيا دفعة ٢٠١٦، ٢٠١٧، ٢٠١٨. تقنيات جمع البيانات باستخدام الاستبيانات. تتضمن تقنيات اختبار جودة الأداة اختبار الصلاحية واختبار الموثوقية. التحليل المستخدم هو التحليل الوصفي واختبار الافتراض الكلاسيكي مثل اختبار الحالة الطبيعية، واختبار الخطية المتعددة، واختبار التغايرية. تقنية تحليل البيانات المستخدمة في هذه الدراسة هي اختبارات الانحدار الخطي المتعددة. وأظهرت النتائج أن: (١) متغيرات الدافع تؤثر جزئياً إيجاباً ومعنوياً على التحصيل الدراسي، (٢) متغيرات الانضباط تؤثر سلباً ومعنوياً على التحصيل الأكاديمي، (٣) متغيرات الثقة بالنفس تؤثر جزئياً إيجاباً ومعنوياً على التحصيل الدراسي، (٤) الدافع، الانضباط والثقة بالنفس في وقت واحد أو معاً لهما تأثير إيجابي وهام على التحصيل الدراسي.

وفي نفس السياق هدفت دراسة "شيمشير" وزميله "ديلماك"؛ Şimşir, Z. & Dilmaç, B. (2020) إلى الكشف عن الانضباط الذاتي في حياة طلبة الجامعة ودراسة مدى تأثيره على حياتهم. وقد تم اتباع خطوتين؛ في الخطوة الأولى، تم قياس

درجة الانضباط الذاتي لعدد (٨٨٥) طالباً جامعياً، بعد ذلك، تمت مقابلة (١٦) طالباً حصلوا على أعلى درجات الانضباط الذاتي (٨ أشخاص) وأقلها (٨ أشخاص)، ونتيجة لتحليل البيانات النوعية التي تم الحصول عليها من خلال تحليل المحتوى، ظهرت المحاور التالية: أهداف الحياة، طرق تحقيق أهداف الحياة، تصور الحياة السلمية والسعيدة، طرق الوصول إلى حياة سلمية وسعيدة، آثار الانضباط الذاتي في الحياة، ودور الانضباط الذاتي في الحياة اليومية، ومشاعر الانضباط الذاتي، وأشارت النتائج إلى أن الانضباط الذاتي قد ساهم بشكل إيجابي في حياة الطلاب في العديد من الجوانب، وتلقي الدراسة الضوء على دور الانضباط الذاتي في تجربة حياة طلبة الجامعة.

وهدف دراسة كريسكوف وزملاؤه؛ (٢٠٢١)، Krskova, H., et al., الحصول على فهم أكبر لإحدى المهارات غير المعرفية، وهي الانضباط الذاتي. حيث أنه أداة لتعزيز التعلم والتنمية الشخصية وزيادة الإنجاز العام، وقدمت الدراسة طريقة بديلة لقياس الانضباط في التعليم العالي، وعرضت نتائج استطلاع عبر الإنترنت لـ (٥٣٧) طالباً وخريجين جددًا من الولايات المتحدة وكوريا الجنوبية والصين. وتم استخدام تحليل المكون الرئيسي لاختبار الافتراض الشامل بأن انضباط الطلاب يتكون من خمسة أبعاد، وتم تطبيق تحليل التباين المتعدد (ANOVA) مع التحليلات اللاحقة واختبارات (ت) لاختبار الفروق القطرية والاختلافات المتعلقة بالجنس بين مجموعات البلدان الثلاث، وتم استخدام التحليل العنقودي لتعريف مجموعات المستجيبين بناءً على أوجه التشابه بين العينات، وأكدت النتائج أن انضباط الطلاب هو بناء يضم خمسة أبعاد هي؛ التركيز، والنية، والمسؤولية، والهيكل والوقت (FIRST). بالإضافة إلى ذلك، فإن تحديد مستويات الانضباط المنخفضة والمتوسطة والعالية بين المشاركين يوفر الدعم للمفهوم الذي تم طرحه مؤخرًا وهو "عتبة الانضباط".

وقد ركزت دراسة كارسيا- مارتينيز (García-Martínez, et al., 2022)، على تحليل العلاقة بين المرونة والذكاء العاطفي ومفهوم الذات والتحصيل الأكاديمي لدى طلبة الجامعة. ولهذا الغرض، تم تطبيق أدوات مختلفة للتقرير الذاتي على عينة مكونة من ١٠٢٠ طالباً جامعياً من جنوب إسبانيا. يشير التحليل الوسيط المبنى على

العلاقة بين الانضباط الذاتي والتحصيل الدراسي في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلاب كلية التربية الأساسية في دولة الكويت "دراسة وصفية ارتباطية مقارنة"

د. حصة دغيشم محمد الدغيشم د. ناصر نزال سهو شداد الشمري

مجلة وادي النيل للدراسات والبحوث الإنسانية والاجتماعية والتربوية

المعادلة الهيكلية إلى عدم وجود علاقة مباشرة بين المرونة والتحصيل الأكاديمي، ولا بين الذكاء العاطفي والتحصيل الأكاديمي. وبالمثل، يتم وضع مفهوم الذات كعامل وسيط في العلاقة بين المرونة والتحصيل الأكاديمي. تشير النتائج إلى أن طلاب الجامعات الذين يظهرون مستويات عالية من المرونة يميلون إلى التعامل بشكل أفضل مع اللحظات الصعبة وفهم وتقدير الجهد المطلوب والاستثمار في وقت الدراسة، تدعم هذه الدراسة المعتقدات والسلوكيات الإيجابية لتحسين التحصيل الأكاديمي.

كما هدفت دراسة سوناردي وزملاؤها؛ (Sunardi, A., et al. (2022) إلى تحديد تأثير الاهتمام بالتعلم والانضباط الذاتي على التحصيل الدراسي في اللغة الإنجليزية لطلاب الفصل الدراسي الثاني في أكاديمية إدارة الأعمال في يوجياكرتا (AMAYO). فرضيات البحث: (١) يُشتبه في وجود تأثير كبير للاهتمام بالتعلم على التحصيل الدراسي في اللغة الإنجليزية؛ (٢) يُشتبه في وجود تأثير كبير للانضباط الذاتي على التحصيل الدراسي في اللغة الإنجليزية؛ (٣) يُشتبه في وجود تأثير كبير للاهتمام بالتعلم والانضباط الذاتي معاً على التحصيل الدراسي في اللغة الإنجليزية. تم إجراء البحث باستخدام طريقة المسح. كانت العينة تتكون من ٧٧ طالباً من طلاب الفصل الدراسي الثاني في أكاديمية AMAYO للعام الأكاديمي ٢٠٢١/٢٠٢٢. وتم إجراء اختبار باستخدام تقنيات الانحدار الخطي المتعدد. أظهرت نتائج اختبار الفرضيات الاستنتاجات التالية: (١) يوجد تأثير كبير للاهتمام بالتعلم على التحصيل الدراسي في اللغة الإنجليزية لطلاب AMAYO حيث أن t الحساب ($t_{0.05} > 1.6654$) (الجدول ١). يوجد تأثير كبير للانضباط الذاتي على التحصيل الدراسي في اللغة الإنجليزية حيث أن t الحساب ($t_{0.05} > 1.6654$)؛ (٢) يوجد تأثير كبير للانضباط الذاتي معاً على التحصيل الدراسي لطلاب AMAYO في اللغة الإنجليزية حيث أن F الحساب ($F_{0.05} > 82.125$) (الجدول ٣). معادلة الانحدار التي تم الحصول عليها هي $Y = 2.935 + 0.579X_1 + 0.627X_2$.

أما دراسة "هوي جينج"، و"هان وي"؛ (Geng, H.; Wei, H. (2023) فقد هدفت إلى قياس مستويات الانضباط الذاتي والتحصيل الأكاديمي لدى طلاب المرحلة الجامعية الصينية في بيئة التعلم الإلكتروني. وبحث في العلاقة بين هذين المتغيرين.

تشمل العينات (١٠٠) طالب متخصص في اللغة الإنجليزية في جامعة Guilin "قولين" للتكنولوجيا الإلكترونية في الصين. استنادًا إلى نتائج استبيان الانضباط الذاتي الأكاديمي (ASD) المعدل (Şal, 2016) ونتائج اختبار تخصصات اللغة الإنجليزية-النطاق ٤ (TEM 4)، أشارت النتائج إلى أن ٧٥% من الطلاب حافظوا على مستوى معتدل من الانضباط الذاتي، و٧٦% من الطلاب لديهم أداء أكاديمي ضعيف. توفر النتائج رؤى للمعلمين من خلال إظهار وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الانضباط الذاتي للطلاب والتحصيل الأكاديمي في بيئة التعلم الإلكتروني. وأن بيئة التعلم الإلكتروني تجعل عملية التعلم أكثر كفاءة وجاذبية. إلا أن إمكانية التعلم في أي وقت وفي أي مكان في بيئة التعلم الإلكتروني تتطلب اهتمامًا إضافيًا لتحفيز الطلاب على اكتساب المعرفة ومنع التسرب. الهدف من هذه الورقة هو إثبات أن الانضباط الذاتي في عملية اكتساب المعرفة الروتينية اليومية يمكن اعتباره معلمًا رئيسيًا لتحسين نتائج التعلم. ويثبت المؤلفون هذا البيان من خلال تحليل بيانات مستويات نشاط المتعلم ضمن بيئة التعلم الإلكتروني التعاوني ومستويات الكفاءة المناسبة التي حققها. وتناقش أيضًا قضايا الانضباط الذاتي والتحفيز.

تعليق على نتائج الدراسات السابقة:

من خلال عرض الدراسات تم ملاحظة ما يلي:

- أشار الكثير من الدراسات إلى الحصول على نتائج إيجابية بين الانضباط الذاتي والتحصيل الأكاديمي مثل دراسة (Daneil, F. (2011), دروزة (٢٠١٣)؛ الأطرش (٢٠١٥)؛ Duckworth, (2019) Wijaya, ،Brown, G. et al. (2016)؛ Z.& Sandi (2020)؛ Krskova, H. et al. (2021)؛ Garcia-Martinez, et al.,(2022)؛Sunardi, A. et al., (2022)؛ Geng, H. & wei,H., (2023))، وأغلبها تحقق لديه التأثير الإيجابي للانضباط الذاتي على التحصيل الدراسي، ما عدا (دروزة (٢٠١٣)؛ (Wijaya, Z. & Sandi (2020))
- استخدم باحثون متغيرات أخرى لبيان ومعرفة علاقتها بالانضباط الذاتي مثل (العدل (٢٠٢٣))، وكان للانضباط الذاتي دوراً إيجابياً في اليقظة العقلية.

العلاقة بين الانضباط الذاتي والتحصيل الدراسي في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلاب كلية التربية الأساسية في دولة الكويت "دراسة وصفية ارتباطية مقارنة"

د. حصة دغيشم محمد الدغيشم د. ناصر نزال سهو شداد الشمري

مجلة وادي النيل للدراسات والبحوث الإنسانية والاجتماعية والتربوية

- كما حاول البعض مثل (هيبة، ٢٠١٦)، فحص الخصائص السيكومترية لمقياس ضبط الذات لوليد عاشور (٢٠١٤) باستخدام نموذج راش، وحصلت على عدد قليل من المفردات غير الملائمة في أبعاد المثابرة (٣) فقط، التروي (٢) فقط، والضبط الانفعالي (١) فقط، وقد حقق تقديراً عالياً في الثبات في كل الأبعاد.
- وهناك من حاول التحقق من العلاقة بين الانضباط الذاتي وبعض الخصائص الديموجرافية مثل (منصور، وزملاؤه، ٢٠٢٢) في الجنس، والتخصص الجامعي، ومكان السكن، وأسفرت النتائج عن فروق في بعض الأبعاد لصالح الذكور، وفروفاً تبعاً للتخصص، ولكن لم تكشف عن وجود فروفاً تبعاً لمكان السكن.

منهج الدراسة:

استخدم المنهج الوصفي المقارن، لمناسبته للمتغيرات للدراسة.

عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة الأساسية من (٣٠٧) من طلبة كلية التربية الأساسية من الجنسين، وبلغ عدد الذكور (٥٠) طالبا، وعدد الطالبات (٢٥٧) طالبة، تم الحصول على العينة من كافة أقسام الكلية العملية والنظرية، وبلغ متوسط عمر العينة (٢١.٢٢) سنة بانحراف معياري (٥.٠١) سنة، وتراوح المعدل التراكمي التحصيلي للعينة بين (١ الى ٤) نقطة بمتوسط ٣.١ نقطة، وانحراف معياري (٠.٦١) نقطة. ويعرض الجدول (١) وصفا للعينة من حيث الجنس، والحالة الاجتماعية، والدخل، ومحافظة السكن.

جدول (١)

وصف العينة الأساسية من حيث الجنس والحالة الاجتماعية والسكن، والدخل

المتغير	الفئة	العدد	%
الجنس	ذكر	50	16.3
	أنثى	257	83.7
الحالة الاجتماعية	غير متزوج	254	82.7
	متزوج	53	17.3
محافظة السكن	العاصمة	29	9.4
	حولى	12	3.9

9.4	29	مبارك الكبير	دخل الأسرة بالدينار
20.8	64	الفروانية	
17.6	54	الجهراء	
38.8	119	الأحمدي	
31.9	98	500 – 1000	
30.0	92	1001 – 1500	
21.5	66	1501 – 2000	
11.1	34	2001 – 3000	
5.5	17	3001 – 4000	
100.0	307	العدد الكلي	

أداة الدراسة:

كانت أداة الدراسة عبارة استبانة، تألفت من (٦٥) بنداً موزعة على (٦) محاور، وذلك بعد الاطلاع على عدد من المقاييس والاستبانات الخاصة بالانضباط الذاتي منها؛ مقياس وليد عاشور (٢٠١٤) المؤلفة من (٣٦) عبارة لعدد (٦) محاور هي ما يلي؛ المثابرة؛ Persistence، التروي أو عدم الاندفاع: Deliberation، الضبط الانفعالي؛ Emotional Control، التركيز؛ Concentration، منع السلوك المعيق لتحقيق الأهداف؛ Prevention، المبادرة؛ Initiation، والتي كانت هي الأساس الذي بني عليه استبانة الدراسة الحالية التي أعدها الباحثان، بالاستفادة من مقياس Personal Self-Discipline Survey (Tangney, J. P., et al., 2004) الذي يتكون من (٢٠) بند قاما بترجمته وإضافة بعض البنود منها للمحاور الستة كل فيما يناسبه، والاستبانة المعربة في دراسة الربيع، وعطية (٢٠١٦)، وبعض البنود التي أضافها الباحثان، بحيث أصبحت بنود الاستبانة موزعة على الأبعاد كالتالي؛ المثابرة (١١) بند، التروي (١٧) بند، الضبط الانفعالي (٨) بند، التركيز (٦) بند، ومنع السلوك المعيق (١٤) بند، والمبادرة (١٠) بنود، يستجيب أفراد العينة عليها وفقاً للترتيب التدرجي الخماسي؛ موافق بشدة، موافق، غير متأكد، معارض، معارض بشدة، بحيث الدرجة الأعلى للبند هي ٤، والأقل هي صفر، تبدأ بحسب إيجابية البند أو سلبيته.

العلاقة بين الانضباط الذاتي والتحصيل الدراسي في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلاب كلية التربية الأساسية في دولة الكويت "دراسة وصفية ارتباطية مقارنة"

د. حصة دغيشم مجد الدغيشم د. ناصر نزال سهو شداد الشمري

مجلة وادي النيل للدراسات والبحوث الإنسانية والاجتماعية والتربوية

الخصائص السيكومترية لمقياس ضبط الذات:

تم التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس ضبط الذات بتطبيقه على عينة استطلاعية عددها (١٠٠) طالب وطالبة من طلبة كلية التربية الأساسية.

أولاً: حساب الصدق الداخلي وصدق المفردات.

استخدم معامل ارتباط بيرسون في حساب العلاقة بين درجة المفردة ودرجة كل من البعد الذي تنتمي اليه والدرجة الكلية للمقياس لحساب صدق المفردات، جدول (٢) كما يلي:

جدول (٢)

معاملات الارتباط بين المفردات والبعد الذي تنتمي اليه والدرجة الكلية

المبادأة	منع السلوك المعيق		التركيز		الضبط الانفعالي		التروي		المثابرة			
	الارتباط بالمقياس بالبعد	الارتباط بالبعد م	الارتباط بالمقياس بالبعد	الارتباط بالبعد م	الارتباط بالمقياس بالبعد	الارتباط بالبعد م	الارتباط بالمقياس بالبعد	الارتباط بالبعد م	الارتباط بالمقياس بالبعد	الارتباط بالبعد م		
1	.451**	.746**	.389**	.523**	.576**	.794**	.674**	.591**	.632**	.667**	.317**	.325**
2	.606**	.626**	.463**	.649**	.735**	.818**	.510**	.661**	.469**	.681**	.440**	.488**
3	.290**	.561**	.505**	.602**	.545**	.769**	.525**	.654**	.383**	.627**	.413**	.541**
4	.550**	.777**	.445**	.556**	.613**	.761**	.588**	.766**	.484**	.683**	.489**	.574**
5	.288**	.507**	.654**	.668**	.272**	.354**	.400**	.640**	.448**	.606**	.476**	.587**
6	.317**	.483**	.459**	.556**	.602**	.732**	.466**	.485**	.582**	.636**	.574**	.626**
7	.636**	.588**	.508**	.601**			.414**	.597**	.663**	.729**	.378**	.664**
8	.259**	.577**	.513**	.581**			.228*	.327**	.711**	.811**	.223*	.525**
9	.228*	.488**	.593**	.651**					.546**	.685**	.465**	.638**
10	.464**	.689**	.528**	.449**					.396**	.339**	.227*	.447**
			.627**	.722**					.426**	.497**		
			.639**	.736**					.682**	.796**		
			.455**	.635**					.517**	.725**		
			.474**	.605**					.563**	.533**		
									.683**	.808**		
									.596**	.675**		
									.542**	.550**		

* دالة عند مستوى ٠.٠١

** دالة عند مستوى ٠.٠٥

جاءت جميع معاملات الارتباط لجميع المفردات مع درجات الأبعاد موجبة ودالة احصائياً وتراوحت بين (٠.٣٢٥ الى ٠.٨٠٨)، كما جاءت غالبية معاملات الارتباط بين

المفردات والدرجة الكلية للمقياس موجبة ودالة احصائيا وتراوحت بين (٠.٢٢٣ الى ٠.٧٦٦) وتبين هذه القيم توفر الصدق الداخلي وصدق المفردات لمقياس ضبط الذات. كما قام الباحثان بحساب مصفوفة العلاقات بين الدرجة الكلية والأبعاد باستخدام معامل ارتباط بيرسون جدول (٣) كما يلي:

جدول (٣)

مصفوفة معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية

المبدأة	منع السلوك المعيق	التركيز	الضبط الانفعالي	التروي	المثابرة	المقياس الكلى	
	.679**	.856**	.792**	.784**	.847**	.755**	المقياس الكلى
	.673**	.486**	.577**	.586**	.505**	١	المثابرة
	.395**	.670**	.543**	.623**	١		التروي
	.463**	.600**	.605**	١			الضبط الانفعالي
	.477**	.733**	١				التركيز
	.451**	١					منع السلوك المعيق
١							المبدأة

** دالة عند مستوى ٠.٠١

* دالة عند مستوى ٠.٠٥

جاءت جميع معاملات الارتباط لجميع الأبعاد مع الدرجة الكلية مرتفعة وموجبة ودالة احصائيا وتراوحت بين (٠.٦٨ الى ٠.٨٦)، كما جاءت جميع معاملات الارتباط لمصفوفة الارتباطات بين الأبعاد بعضها البعض موجبة ودالة احصائيا وتراوحت بين (٠.٤ الى ٠.٧٣) وتبين هذه القيم توفر الصدق البناء الداخلي للأبعاد. وتم حساب معامل ثبات كل من المقاس الكلى والأبعاد الفرعية لمقياس ضبط الذات باستخدام معامل ألفا كرونباخ للثبات كما يتضح في جدول (٤) التالي:

العلاقة بين الانضباط الذاتي والتحصيل الدراسي في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلاب كلية التربية الأساسية في دولة الكويت "دراسة وصفية ارتباطية مقارنة"
د. حصة دغيشم مجد الدغيشم د. ناصر نزال سهو شداد الشمري

مجلة وادي النيل للدراسات والبحوث الإنسانية والاجتماعية والتربوية

جدول (٤)

معاملات ثبات ألفا كرونباخ لكل من الأبعاد والدرجة الكلية

معامل ثبات ألفا كرونباخ	عدد الفقرات	
.951	65	المقياس الكلي
.722	10	المثابرة
.913	17	التروي
.741	8	الضبط الانفعالي
.797	6	التركيز
.869	14	منع السلوك المعيق
.808	10	المبادأة

بلغ معامل الثبات للمقياس الكلي (٠.٩٥) وهي قيمة مرتفعة للثبات، وتراوحت لأبعاد المقياس بين (٠.٧٤ الى ٠.٩١) وهي قيم مرتفع للثبات، بما يشير إلى توفر الثبات بكل من المقياس الكلي وأبعاده الفرعية.

الأساليب الإحصائية: استخدم برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم النفسية SPSS الإصدار (٢٤) في إدخال وتحليل البيانات، واستخدمت الأساليب التالية:

- النسب المئوية والتكرارات.
- المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية.
- معامل ارتباط بيرسون.
- اختبارات للفروق بين المجموعات.
- تحليل التباين الأحادي.

نتائج الدراسة:

كي نتوصل إلى نتائج الدراسة سنحاول التأكد من الفروض التي تم افتراضها بناءً على أسئلة الدراسة:

السؤال الأول: ما مستوى الضبط الذاتي لدى طلبة كلية التربية الأساسية في دولة الكويت؟ استخدم كل من متوسطات الاستجابة والانحرافات المعيارية لها والوزن المنوي المقابل للمتوسط، والمستوى المقابل له، وتم تحديد المستوى بناءً على مدى الاستجابات على مقياس ليكرت الخماسي التالي:

- من ١ - ١.٨ منخفض جدا.
- من ١.٨١ - ٢.٦ منخفض.
- من ٢.٦١ - ٣.٤ متوسط.
- من ٣.٤١ - ٤.٢ مرتفع.
- من ٤.٢١ - ٥ مرتفع جدا.

جدول (٥)

المتوسطات والانحرافات المعيارية والوزن المئوي ومستوى ضبط الذات

المستوى	الوزن المئوي	الانحراف المعياري	متوسط الاستجابة	
متوسط	66.6%	.535	3.33	ضبط الذات
مرتفع	72.2%	.558	3.61	المثابرة
مرتفع	69.4%	.718	3.47	التروي
متوسط	61.4%	.644	3.07	الضبط الانفعالي
متوسط	59.8%	.823	2.99	التركيز
متوسط	61.6%	.688	3.08	منع السلوك المعيق
مرتفع	72.2%	.611	3.61	المبادأة

كان متوسط الاستجابة للمقياس الكلي لضبط الذات لدى عينة الدراسة (٣.٣٣) بما يعادل وزن مئوي قدره (٦٦.٦%) ومستوى متوسط، وبلغت قيمة متوسط كل من بعدى المثابرة والمبادأة (٣.٦١) بوزن مئوي (٧٢%) ومستوى مرتفع، بينما كانت متوسطات باقي الأبعاد: التروي، والضبط الانفعالي، والتركيز، ومنع السلوك المعيق في المستوى المتوسط بأوزان مئوية بين (٦٠% الى ٦٩%).

السؤال الثاني: هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجات ضبط الذات وبين

المعدل التحصيلي للطلاب؟

استخدم معامل ارتباط بيرسون لحساب العلاقة بين درجة ضبط الذات وأبعاده الفرعية وبين درجات الطلاب التحصيلية كما تقاس بالمعدل التراكمي.

العلاقة بين الانضباط الذاتي والتحصيل الدراسي في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلاب كلية التربية الأساسية في دولة الكويت "دراسة وصفية ارتباطية مقارنة"
د. حصة دغيشم مجد الدغيشم د. ناصر نزال سهو شداد الشمري

مجلة وادي النيل للدراسات والبحوث الإنسانية والاجتماعية والتربوية

جدول (٦)

معاملات الارتباط بين ضبط الذات والتحصيل الدراسي

المعامل الارتباط مع التحصيل الدراسي	البعد
.155**	ضبط الذات
.156**	المثابرة
.187**	التروي
.093	الضبط الانفعالي
.101*	التركيز
.107*	منع السلوك المعيق
.045	المبادأة

** دالة عند مستوى ٠.٠١

* دالة عند مستوى ٠.٠٥

- تبين نتائج معامل الارتباط وجود علاقة موجبة دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) بين الجرة الكلية لضبط الذات والتحصيل الدراسي، ويلاحظ ان قوة معامل الارتباط دالة ولكنها ضعيفة.
 - وجود علاقة موجبة دالة احصائيا بين التحصيل الدراسي وأبعاد المثابرة والتروي والتركيز، ومنع السلوك المعيق. ويلاحظ ان قوة معامل الارتباط دالة ولكنها ضعيفة.
 - وعدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين التحصيل الدراسي وبعدي الضبط الانفعالي والمبادأة.
- السؤال الثالث: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات ضبط الذات وأبعاده الفرعية تعود للفروق بين الجنسين لدى طلبة كلية التربية الأساسية؟
استخدم اختبار (ت) للفروق بين المجموعات للتعرف على الفروق بين الذكور والإناث في ضبط الذات.

جدول (٧)

اختبارات للفروق في ضبط الذات تبعا للفروق في الجنس

الدلالة	قيمة ت	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الجنس	
.006	2.771	34.828	229.00	ذكر	ضبط الذات
		34.305	214.27	أنثى	
.092	1.689	5.414	37.30	ذكر	المثابرة
		5.590	35.85	أنثى	
.317	1.001	10.535	60.50	ذكر	التروي
		12.500	58.61	أنثى	
.001	3.243	5.779	26.70	ذكر	الضبط الانفعالي
		4.930	24.16	أنثى	
.006	2.791	5.297	19.68	ذكر	التركيز
		4.804	17.57	أنثى	
.020	2.341	10.914	46.02	ذكر	منع السلوك المعيق
		9.279	42.56	أنثى	
.001	3.534	5.675	38.80	ذكر	المبادأة
		6.054	35.53	أنثى	

- تبين نتائج الجدول (٧): وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) في الدرجة الكلية لضبط الذات بين الذكور والإناث، وكانت الفروق لصالح الذكور، حيث يرتفع لديهم ضبط الذات مقارنة بالإناث.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.١) و (٠.٠٥) في أبعاد الضبط الانفعالي، والتركيز، ومنع السلوك المعيق، والمبادأة بين الذكور والإناث، وكانت الفروق لصالح الذكور، حيث يرتفع لديهم هذه الأبعاد مقارنة بالإناث.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) في بعدى المثابرة والتروي تبعا للجنس.

العلاقة بين الانضباط الذاتي والتحصيل الدراسي في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلاب كلية التربية الأساسية في دولة الكويت "دراسة وصفية ارتباطية مقارنة"

د. حصة دغيشم مجد الدغيشم د. ناصر نزال سهو شداد الشمري

مجلة وادي النيل للدراسات والبحوث الإنسانية والاجتماعية والتربوية

السؤال الرابع: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في ضبط الذات وأبعاده الفرعية تعود للفروق على كل من الحالة الاجتماعية والمستوى الدخل والمحافظة لدى طلبة كلية التربية الأساسية؟

أولاً: الفروق على الحالة الاجتماعية:

استخدم اختبار (ت) للفروق بين المجموعات للتعرف على الفروق بين المتزوجين وغير المتزوجين في ضبط الذات.

جدول (٨)

اختبارات للفروق في ضبط الذات تبعاً للفروق في الحالة الاجتماعية

الدلالة	قيمة ت	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الجنس	
.011	-2.571	33.979	214.36	غير متزوج	ضبط الذات
		36.647	227.74	متزوج	
.025	-2.248	5.531	35.76	غير متزوج	المثابرة
		5.596	37.64	متزوج	
.058	-1.905	11.745	58.31	غير متزوج	التروي
		13.971	61.81	متزوج	
.044	-2.026	5.117	24.30	غير متزوج	الضبط الانفعالي
		5.185	25.87	متزوج	
.009	-2.638	4.763	17.58	غير متزوج	التركيز
		5.483	19.53	متزوج	
.045	-2.008	9.449	42.62	غير متزوج	منع السلوك المعيق
		10.209	45.53	متزوج	
.088	-1.709	6.170	35.79	غير متزوج	المبادأة
		5.667	37.36	متزوج	

- تبين نتائج الجدول (٨): وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) في الدرجة الكلية لضبط الذات بين المتزوجين وغير المتزوجين، وكانت الفروق لصالح المتزوجين، حيث يرتفع لديهم ضبط الذات مقارنة بغير المتزوجين.
 - وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.١) و (٠.٠٥) في أبعاد المثابرة، والضبط الانفعالي، والتركيز، ومنع السلوك المعيق بين المتزوجين وغير المتزوجين، وكانت الفروق لصالح المتزوجين، حيث يرتفع لديهم هذه الأبعاد مقارنة بغير المتزوجين.
 - عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) في بعدى المبادأة والتروي تبعا للحالة الاجتماعية.
- ثانيا: الفروق تبعا لمحافظة السكن:**
- استخدم تحليل التباين الأحادي للتعرف على الفروق في ضبط الذات تبعا لمحافظة السكن، كما في جدول (٩) التالي:

جدول (٩)**تحليل التباين للفروق في ضبط الذات تبعا للفروق في محافظة السكن**

الدالة	قيمة ف	متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	
.068	2.082	2472.154	5	12360.772	داخل المجموعات	ضبط الذات
		1187.472	301	357429.000	بين المجموعات	
			306	369789.772	المجموع	
.316	1.186	36.807	5	184.036	داخل المجموعات	المثابرة
		31.029	301	9339.762	بين المجموعات	
			306	9523.798	المجموع	
.393	1.041	155.025	5	775.123	داخل المجموعات	التروي
		148.877	301	44811.841	بين المجموعات	
			306	45586.964	المجموع	
.469	.919	24.437	5	122.187	داخل المجموعات	الضبط الانفعالي
		26.602	301	8007.057	بين المجموعات	
			306	8129.244	المجموع	

العلاقة بين الانضباط الذاتي والتحصيل الدراسي في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلاب كلية التربية الأساسية في دولة الكويت "دراسة وصفية ارتباطية مقارنة"

د. حصة دغيشم محمد الدغيشم د. ناصر نزال سهو شداد الشمري

مجلة وادي النيل للدراسات والبحوث الإنسانية والاجتماعية والتربوية

.008	3.170	74.724	5	373.620	داخل المجموعات	التركيز
		23.575	301	7096.178	بين المجموعات	
			306	7469.798	المجموع	
.049	2.251	204.607	5	1023.033	داخل المجموعات	منع السلوك المعيق
		90.885	301	27356.264	بين المجموعات	
			306	28379.296	المجموع	
.081	1.985	72.822	5	364.112	داخل المجموعات	المبادأة
		36.694	301	11044.833	بين المجموعات	
			306	11408.945	المجموع	

- تبين نتائج الجدول (٩): عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) في الدرجة الكلية لضبط الذات تبعاً لمحافظة السكن.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) تبعاً لمحافظة السكن في أبعاد: المثابرة، والتروي، والضبط الانفعالي، والمبادأة.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) تبعاً لمحافظة السكن في بعدى: التركيز، ومنع السلوك المعيق، وتبين الفروق البعدية في المتوسطات تبعاً لاختبار شيفيه ارتفاع قيم المتوسطات لدى كل من محافظة العاصمة (١٩.٣) والفروانية (١٩.٥) مقابل انخفاضها بصورة دالة لدى كل من الجهراء (١٦.٥) والأحمدي (١٧.٣).

ثالثاً: الفروق تبعاً مستوى دخل الأسرة:

استخدم تحليل التباين الأحادي للتعرف على الفروق في ضبط الذات تبعاً لمستوى

الدخل، كما في جدول (١٠) التالي:

جدول (١٠)

تحليل التباين للفروق في ضبط الذات تبعاً للفروق في مستوى الدخل

الدلالة	قيمة ف	متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين
.227	1.420	1706.198	4	6824.791	داخل المجموعات
		1201.871	302	362964.981	بين المجموعات
			306	369789.772	المجموع
.942	.193	6.075	4	24.301	داخل المجموعات
		31.455	302	9499.497	بين المجموعات
			306	9523.798	المجموع
.019	2.985	433.408	4	1733.630	داخل المجموعات
		145.210	302	43853.334	بين المجموعات
			306	45586.964	المجموع
.420	.977	25.957	4	103.826	داخل المجموعات
		26.574	302	8025.418	بين المجموعات
			306	8129.244	المجموع
.179	1.582	38.324	4	153.298	داخل المجموعات
		24.227	302	7316.500	بين المجموعات
			306	7469.798	المجموع
.767	.457	42.727	4	170.909	داخل المجموعات
		93.405	302	28208.387	بين المجموعات
			306	28379.296	المجموع
.198	1.513	56.042	4	224.170	داخل المجموعات
		37.036	302	11184.775	بين المجموعات
			306	11408.945	المجموع

- تبين نتائج الجدول (١٠): عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) في الدرجة الكلية لضبط الذات تبعاً لمستوى الدخل.

العلاقة بين الانضباط الذاتي والتحصيل الدراسي في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلاب كلية التربية الأساسية في دولة الكويت "دراسة وصفية ارتباطية مقارنة"

د. حصة دغيشم مجد الدغيشم د. ناصر نزال سهو شداد الشمري

مجلة وادي النيل للدراسات والبحوث الإنسانية والاجتماعية والتربوية

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) تبعا لمستوى الدخل في أبعاد: المثابرة، والضبط الانفعالي، والتركيز، ومنع السلوك المعيق والمبادأة.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) تبعا لمستوى الدخل في بعد: التروي، وتبين الفروق البعدية في المتوسطات تبعا لاختبار شيفيه ارتفاع قيم المتوسطات لدى كل ذوى الدخل من (٢٠٠١ الى ٣٠٠٠) بمتوسط (٦٤.٩) مقارنة بباقي مستويات الدخل.

مناقشة النتائج:

تبين من نتائج الدراسة أن مستوى الانضباط الذاتي لدى أفراد العينة لم يصل إلى درجة الامتياز، مما بين صحة الفرض الأول في انخفاض مستوى الانضباط الذاتي لديهم، كما تبين أن العلاقة بين الانضباط الذاتي والتحصيل الدراسي ضعيفة، وهذه النتيجة تختلف عن نتائج الدراسات السابقة التي بينت أنه يوجد علاقة بينهما من مثل) رسالة الجامعة (٢٠٢٤)؛ Sunardi, A., et (2019); Duckworth, A. L., et al. (2022); Geng, H.; Daniel Foer (2011); Wei, H. (2023); (Brown, G.T., et al. (2016); كما توافقت مجموعة من الدراسات مع الدراسة الحالية من مثل (García-Martínez, et Wijaya, Z. R. & Sandi (2020); al., (2022); دروزة (٢٠٢٣)).

بالنسبة للفرض الرابع، فقد تبين وجود فروق بين الذكور والإناث في ٤ أبعاد من الانضباط الذاتي وهو ما لا يتوافق مع مجموعة من الدراسات من مثل (دراسة العدل (٢٠٢٣)؛ Daniel Foer (2011) التي جاءت نتائج الفروق في الانضباط الذاتي دالة لصالح الإناث.

كذلك أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً بين المتزوجين وغير المتزوجين من أفراد العينة في الانضباط الذاتي، لصالح المتزوجين وخاصة في الأبعاد التالية؛ المثابرة،

والضبط الانفعالي، والتركيز، ومنع السلوك المعيق، ولم تكن هناك فروق دالة إحصائياً في بعدي المثابرة والمبادأة.

وقد أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لضبط الذات تبعا لمحافظة السكن، بشكل عام، بينما هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) تبعا لمحافظة السكن في بعدي: التركيز، ومنع السلوك المعيق فقط، كما تبين ارتفاع قيم المتوسطات لدى كل من محافظة العاصمة (19.3) والفروانية (19.5) مقابل انخفاضها بصورة دالة لدى كل من الجهراء (16.5) والأحمدي (17.3).

وبينت النتائج كذلك عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية، في الدرجة الكلية لضبط الذات تبعا لمستوى الدخل. بينما يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) تبعا لمستوى الدخل في بعد: التروي، وبينت الفروق البعدية في المتوسطات ارتفاع قيم المتوسطات لدى كل ذوي الدخل من (2001 إلى 3000) بمتوسط (64.9) مقارنة بباقي مستويات الدخل.

الاستنتاج:

يمكن استخلاص ما وصلت إليه الدراسة بأن الانضباط الذاتي مهارة مطلوبة لدى طلاب المدارس وبالأخص الجامعات، لما يترتب على اكتسابها قدرات تؤهل للنجاح وزيادة التحصيل الأكاديمي وتحقيق الأهداف المستقبلية في مجال الدراسة وفي جميع مجالات الحياة الأخرى.

كما ترتب على نتائج الدراسة وما وصلت إليه نتائج الدراسات الأخرى بأنه لا يمكن التنبؤ بالانضباط الذاتي وفقاً لمتغير الجنس، ففي بعض الدراسات ترجح جانب الإناث في الانضباط الذاتي، وأخرى كان الترجيح لصالح الذكور كما في الدراسة الحالية. ووضح كذلك من النتائج التي توصلت إليها الدراسة أنه قد تختلف بعض المناطق السكنية في البلد الواحد في ابعاد الانضباط الذاتي كما في بعدي التركيز، ومنع السلوك المعيق اللذان ارتفعا لدى سكان منطقتي العاصمة والفروانية في الكويت، لعله بسبب

العلاقة بين الانضباط الذاتي والتحصيل الدراسي في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلاب كلية التربية الأساسية في دولة الكويت "دراسة وصفية ارتباطية مقارنة"

د. حصة دغيشم محمد الدغيشم

د. ناصر نزال سهو شداد الشمري

مجلة وادي النيل للدراسات والبحوث الإنسانية والاجتماعية والتربوية

الوعي والاهتمام والتنشئة الاجتماعية التي تركز على تلك المهارات ضمن الانضباط الذاتين وتمسك قاطني المنطقتين بالقيم والعادات والتقاليد الأصيلة، وانفتاحهم على الخبرات الحديثة وأساليب التربية المدركة لأهمية الانضباط الذاتي.

كما أشارت النتائج إلى أن بعد التروي من أبعاد الانضباط الذاتي قد ارتفع لدى مرتفعي الدخل المادي عن الآخرين، وقد يكون السبب في قدرة هؤلاء على توفير المستلزمات التي تساعد على رفع مستوى الوعي لدى الأبناء في عدم التسرع في تحقيق الأهداف وتحسين كفاءة الإنتاج لأدائهم المختلفة في المدرسة وفي الحياة.

توصيات وبحوث مقترحة:

وفقاً لما توصلت إليه الدراسة، يمكن اقتراح التوصيات والبحوث التالية:

- ١- الاهتمام بغرس مهارات الانضباط الذاتي لدى الأبناء منذ نعومة أظافرهم، من قبل أولياء الأمور أثناء التنشئة الاجتماعية.
- ٢- تركيز القائمين على العملية التعليمية والمسؤولين عن النواحي التربوية على تدريب الطلاب في جميع المراحل التعليمية على مهارات الانضباط الذاتي.
- ٣- نشر الوعي الخاص بمهارات الانضباط الذاتي، لدى المهنيين في جميع المجالات.
- ٤- إعداد برامج تدريبية للانضباط الذاتي من قبل المتخصصين، في مجال علم النفس والتدريب.
- ٥- على أعضاء هيئة التدريس الاهتمام بتحفيز الطلاب واتخاذ خطوات لتعزيز هذه الروح خلال العملية التعليمية باستمرار.
- ٦- إجراء دراسة مماثلة للدراسة الحالية على طلاب من المراحل الدراسية المختلفة لمعرفة الفروق بينهم، وفقاً للمراحل العمرية.
- ٧- إجراء دراسة للتحقق من كفاءة المقياس المستخدم في الدراسة الحالية على عينات أخرى، من الكويت أو مجتمعات أخرى.

المراجع العربية:

- الأطرش، محمود حسني (٢٠١٥). مستوى ضبط الذات لدى طلبة تخصص التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية وعلاقته ببعض المتغيرات. المجلة الأوروبية لتكنولوجيا (علوم الرياضة)، مج (٦): الدنمارك.
- العدل، عادل محمد (٢٠٢٣). اليقظة العقلية وعلاقتها بالانضباط الذاتي لدى معلمي المرحلة الثانوية. مجلة كلية التربية؛ المجلد الأول، ع ٢١ ج ٢: جمهورية مصر العربية.
- دروزة، أfnان نظير (٢٠١٣) التدريب على الانضباط الذاتي في التعلم وأثره على التحصيل الأكاديمي الجامعي. مجلة اتحاد الجامعات العربية للبحوث في التعليم العالي مج. ٣٣، ع. ٤، ص. ١٧-٣٦. اتحاد الجامعات العربية الأمانة العامة: الأردن.
- <https://search.emarefa.net/ar/detail/BIM-368825>
- رسالة الجامعة ١٤٤٦/٠٦/٠٥ (٢٠٢٤). الانضباط الذاتي سر تفوق الطالبات على الطلاب من الحضنة حتى الجامعة.
- سما (٢٠٢٢). بحث عن الانضباط الذاتي. <https://www.almrsl.com/post/773300>
- بروكر، روبرت، وسام غولدشتاين (٢٠٠٨م)، "التربية الصالحة للأطفال: كيف تربي طفلاً ذاتي الانضباط"، ترجمة حسان بستاني، مؤسسة محمد بن راشد ودار الكتاب العربي.
- التميمي، سمعية علي حسن، ومجيد، ماهر سليمان (٢٠١٩). التحكم الذاتي لدى طلاب الايتام في المرحلة المتوسطة. مجلة ديالي، العدد ٨١، ص ٤٠٨: الجمهورية العراقية.
- العلي، فهد بن معقل (٢٠١٢). العوامل المؤثرة في الانضباط الذاتي من وجهة نظر بعض الموظفين في الأجهزة الحكومية بالمملكة العربية السعودية (دراسة ميدانية). مجلة البحوث الأمنية، كلية الملك فهد الأمنية- مركز البحوث والدراسات. مج ٢١، ع ٥٢، ص ٢٠٣ - ٢٥٤: المملكة العربية السعودية. ١٦٥٨-٤٣٥.
- عاشور، وليد (٢٠١٤). مقياس ضبط الذات، الخصائص السيكومترية لمقياس ضبط الذات في ضوء نظرية الاستجابة المفردة. مجلة كلية التربية. جامعة الأزهر/ العدد (١٦٨) الجزء الرابع أبريل ٢٠١٦: جمهورية مصر العربية.

العلاقة بين الانضباط الذاتي والتحصيل الدراسي في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلاب كلية التربية الأساسية في دولة الكويت "دراسة وصفية ارتباطية مقارنة"

د. حصة دغيشم محمد الدغيشم د. ناصر نزال سهو شداد الشمري

مجلة وادي النيل للدراسات والبحوث الإنسانية والاجتماعية والتربوية

- مجموعة الإباء (٢٠٢٤). مهارات الانضباط الذاتي. مجموعة الإباء للاستشارات الطلابية والخدمات الإستثمارية في أذربيجان. <https://Aleballc.com>
- منصور، بتول (٢٠٢٣). بحث عن الانضباط الذاتي والعوامل المؤثرة. موقع مقالاتي <https://mqalaty.net>
- منصور، هاني نعيم عبدالنور؛ بدوي، نورة محمد طه؛ صادق، مروة صادق أحمد (٢٠٢٢). الضبط الذاتي في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلبة الجامعة. مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية - ١٦٤، ج ١٠، ص ٣٧٥ - ٤٠٤. كلية التربية - جامعة الفيوم: جمهورية مصر العربية.
- هيبه، أحمد محمد علي (٢٠١٦). الخصائص السيكمترية لمقياس ضبط الذات في ضوء نظرية الاستجابة للمفردة. مجلة التربية/ مج ٣٥، ع ١٦٨٤ جزء ٤، إبريل ٢٠١٦، ص ٤٥١-٤٩٠ جامعة الأزهر: جمهورية مصر العربية.

[10.21608/jsrep.2016.32085](https://doi.org/10.21608/jsrep.2016.32085)

المراجع الأجنبية:

- Baumeister, R., & Tierney, J. (2011). Willpower: Rediscovering the greatest human strength. New York: Penguin Press. Cambridge Dictionaries Online. (2016). **Meaning of "self-discipline" in the English Dictionary**. Cambridge: Cambridge University Press. Retrieved 17 October, 2024 from <http://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/self-discipline>.
- Brown, G. T. L., Peterson, E. R., & Yao, E. S. (2016). Student conceptions of feedback: Impact on self-regulation, self-efficacy, and academic achievement. **British Journal of Educational Psychology**, **86(4)**, 606-629. <https://doi.org/10.1111/bjep.12126>
- Cambridge Dictionaries Online. (2016). **Meaning of "self-discipline" in the English Dictionary**. Cambridge: Cambridge University Press. Retrieved ١٧ October 2024 from: <http://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/self-discipline>.
- Costa, P. T. Jr. and McCrae, R. R. (1992). 'Trait psychology comes of age'. In: T. B. Sonderegger (Ed.), **Nebraska Symposium on Motivation: Psychology and Aging**, pp. 169-204, University of Nebraska Press, Lincoln, NE. (انظر: العلي، ٢٠١٢)
- de Ridder, D.; Lensvelt-Mulders, G.; Finkenauer, C. F., Stok, M., & Baumeister, R. F. (2012). Taking stock of self-control: A meta-

analysis of how trait self-control relates to a wide range of behaviors.

Personality and Social Psychology Review, 16, 76–99.

- DeVore, S. (1990). Self-Discipline. Executive excellence. **ABI/INFORM Global 7, 12.**
- Duckworth, A.L., & Seligman, M.E. (2005). Self-discipline outdoes IQ in predicting academic performance of adolescents. **Psychological Science, 16(12), 939–944.**
- Duckworth, A.L., Peterson, C., Matthews, M.D., & Kelly, D.R. (2007). Grit: Perseverance and passion for long-term goals. **Journal of Personality and Social Psychology, 92(6), 1087.**
- Duckworth, A.L., Quinn, P.D., & Tsukayama, E. (2012). What No Child Left Behind leaves behind: The roles of IQ and self-control in predicting standardized achievement test scores and report card grades. **Journal of Educational Psychology, 104(2), 439.**
- Duckworth, A. L., Taxer, J. L., Eskreis-Winkler, L., Galla, B. M., & Gross, J. J. (2019). Self-control and academic achievement. **Annual Review of Psychology, 70, 373-399.** <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010418-103230>
- Editors of the American Heritage Publishing Company (2011). **The American Heritage Dictionary of the English Language. 5th addition.** Hutton Melvin: Buston: U.S.A.
- Faster Capital (2024). **Effective Habits: Self Discipline Strategies: Strategies for Self -Discipline: The Core of Effective Habits – Faster Capital.**
- García-Martínez, I.; Augusto-Landa, J. M.; Quijano-López, R. ; León, S. P. (2022).Self-Concept as a Mediator of the Relation Between University Students' Resilience and Academic Achievement. **Front. Psychol. 12:747168. doi: 10.3389/fpsyg.2021.747168.**
- Geng, H.; Wei, H. (2023). The Relationship Between Self-Discipline and Academic Achievement of Chinese Undergraduate Students in the E-Learning Environment. **Journal of Higher Education Theory and Practice Vol. 23(14).** Pp. 112-121.
- Gorbunovsa, A.; Kapenieksb, A.; Cakulac, S. (2016). Self-discipline as a key indicator to improve learning outcomes in e-learning. **Procedia - Social and Behavioral Sciences 231 (2016) 256 – 262.** International Conference; Meaning in Translation: Illusion of Precision, MTIP2016, 11-13 May 2016, Riga, Latvia. Available online at: www.sciencedirect.com1877-0428 © 2016.

العلاقة بين الانضباط الذاتي والتحصيل الدراسي في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلاب كلية التربية الأساسية في دولة الكويت "دراسة وصفية ارتباطية مقارنة"

د. ناصر نزال سهو شداد الشمري

د. حصة دغيشم مجد الدغيشم

مجلة وادي النيل للدراسات والبحوث الإنسانية والاجتماعية والتربوية

- Haryati, S. (2017). **Belajar & Pembelajaran Berbasis Cooperative Learning**. Graha Cendekia: Andonesia.

- **التعلم والتعلم على أساس التعلم التعاوني، دار العلماء: أندونيسيا.**

- Heathfield, S. (2007). **Promote self-discipline: Create a work environment that minimizes the need for disciplinary action**, <http://humanresources.about.com/od/discipline/a/selfdiscipline.htm>.
- Hill, Oliver Napoleon (2022). 8 Disciplines of Self Mastery. From: Hill, Napoleon (2011) [1925]. **The Law of Success from the 1925 Manuscript Lessons**. Vieux Publishing. ISBN 978-0578084916.
- Hofmann, W., Baumeister, R. F., Förster, G., & Vohs, K. D. (2012). Everyday temptations: An experience sampling study of desire, conflict, and self-control. **Journal of Personality and Social Psychology**, **102**, 1318–1335.
- Hofmann, W., Luhmann, M., Fisher, R.R., Vohs, K.D., & Baumeister, R.F. (2013). Yes, but are they happy? Effects of trait self-control on affective well-being and life satisfaction. **Journal of Personality**, **82** (4), 265–277. DOI: 10.1111/jopy.12050.
- Knapczyk, D. (2004). **Teaching Self Discipline for Self-Reliance and Academic Success**. Indiana University, Marti store: 2400 Satellite Blvd. Ste G. Buford. GA30518. U.S.A.
- Knapczyk, D. (2004). **Teaching self-discipline: For self-reliance and academic success**, attainment company, Inc. Verona, Wis, USA.
- Krskova, H., Baumann, C., Breyer, Y. and Wood, L.N. (2021), "The skill of discipline – measuring F.I.R.S.T discipline principles in higher education", **Higher Education, Skills and Work-Based Learning**, Vol. 11 No. 1, pp. 258-281. <https://doi.org/10.1108/HES>.
- Muraven, M., & Baumeister, R. F. (2000). Self-regulation and depletion of limited resources: Does self-control resemble a muscle? **Psychological Bulletin**, **126**(2), 247–259. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.126.2.247>
- Pavlina, S. (2005). Self-Discipline.
- Taylor, J.E., Kuo, M.C., & Sullivan, M. (2002). Extending research on the consequences of self-discipline: Predictive validity of a brief dyadic adjustment scale. **Journal of Social Psychology**, **142**(6), 727–741

- Makmun, A. S. (2012). **Psikologi Kependidikan Perangkat Sistem Pengajaran Modul**. PT Remaja. Rosdakarya: Andonasia.
- أدوات نظام تدريس وحدة علم النفس التربوي، في سن المراهقة بي تي. روسداكاريا: أندونيسيا.
- Pavlina, S. (2005). **Self-discipline: The five pillars of self-discipline**, (<http://www.stevpavlina.com/blog/2005/06/selfdiscipline>).
- Rizza, U., Fickry, F. A. & Elvi, S., (2013). Hubungan Karakteristik Pejamu, Lingkungan Fisik Dan Pelayanan Kesehatan Dengan Kejadian Demam Berdarah Dengue (DBD) Di Wilayah Kerja Puskesmas Talang Ubi Pendopo Tahun 2012. **Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat**, 4(3).
- Şimşir, Z. & Dilmaç, B. (2020). Self-Discipline in the Life of University Students: A Qualitative Research. **Research on Education and Psychology (REP)**. 4(2), 153-171. e-ISSN: 2602-3733.
- Sunardi, A. I., Lutfi, N., & Maelana, H. W. D. (2022). The influence of learning interest and self-discipline on English learning achievement (Case study Academy of Administrative Management students). **Lingua: Jurnal Pendidikan Bahasa**, 18(2). <https://doi.org/10.34005/lingua.v18i2.2111>
- Tangney, J. P.; Baumeister, R. F.; Boone, A. L. (2004). High Self-Control Predicts Good Adjustment, Less Pathology, Better Grades and Interpersonal Success. **Journal of Personality**, 271-324.
- William G. Connolly, (2000). **The American Heritage Dictionary Fth. Ed.** American Heritage Publishing Company. Boston: Houghton Mifflin Co.
- Wijaya, Z. R. & Sandi (2020). The Influence of Motivation, Discipline and Self-Confidence on Student Academic Achievement in Management Study Program, Institute Manajemen Wiyata Indonesia. **CAKRAWALA - Repository IMWI | Vol. 3, No. 2**, 756 p-ISSN: 2620-8490; e-ISSN: 2620-8814.