التوجه الذاتي كمعدل للعلاقة بين العصابية ومهارة التخطيط لدى طلاب الجامعة

د/ عبد المريد عبد الجابر محمد قاسم (*)

ملخص:

يتمثل الهدف الرئيس للدراسة الحالية من خلال الكشف عن دور التوجه الذاتي في تعديل العلاقة بين التخطيط والعصابية لدى طلاب الجامعة. وتكونت العينة من(٣٦٩) طالب وطالبة من الدارسين بجامعتي حلوان وبنى سويف من كليات الآداب والخدمة الاجتماعية، والصيدلة متوسط أعمارهم (٢٠,٤) عامًا بانحراف معياري (١,٣) عامًا وتم تطبيق أدوات الدراسة عليهم بطريقة عشوائية وقد تم توزيع هذه العينة إلى مجموعتين فرعيتين، مجموعة الإناث: قوامها (١٧٠) طالبة بمتوسط عمري(٢٠,٥) عامًا وانحراف معياري(١,٤) عامًا ،و مجموعة الذكور: وقوامها(١٩٩) طالب بمتوسط عمري(٢٠,٣) عامًا وانحراف معياري(١,٢) عامًا طبق عليهم ثلاثة مقاييس لقياس كل من العصابية والتوجه الذاتي و التخطيط، وأسفرت الدراسة عن وجود ارتباطات دالة إحصائيًا سالبة بين العصابية وكل من التخطيط والتوجه الذاتي في حين كشفت النتائج عن وجود ارتباط موجب دال احصائيًا كما انتهت الدراسة إلى أنه بالعزل الإحصائي لمتغير التوجه الذاتي عن العلاقة بين العصابية والتخطيط، تلاشت العلاقة بين العصابية والتوجه الذاتي، وأخيرًا كشفت الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في كل من التخطيط ببعديه والتوجه الذاتي بأبعاده في اتجاه الذكور. ، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في العصابية بين الجنسيين في اتجاه الإناث.

كلمات مفتاحية: التوجه الذاتي – العصابية– التخطيط

(*) **أستاذ مساعد بقسم علم النفس – كلية الآداب– جامعة حلوان**

Self-Directedness as a Moderator of The Relationship Between Neuroticism and Planning

(*)Abd El. Mureed Abd El Gaber Kassem

ABSTRACT:

The aim of this study to find the mediated effects of Self-directedness on the relationships between Neuroticism and Planning. Participants Were (N = 369) of boys and girls of College Students. Participants consists of two group,(N=170) girls with age(M=20.5) and S.D (1,4) years and the number (n = 199) of boys with age(M=20.3) and S.D (1,2) years . All Participants completed a three of measures(Self-directedness Scale, Planning Scale,& Neuroticism Scale. Results indicated would Planning be positively Correlated with Self-directedness but negatively Neuroticism were negatively with, Planning and Self-directedness. Results indicated Self-directedness wholly mediated the relationship between. Neuroticism between and Planning In addition, Result showed significant differences at the level of Neuroticism. The Results indicated statistically significant differences between boys and girls in in Planning and Self-directedness favor of boys But The Results indicated statistically significant differences between boys and girls in Neuroticism favor of girls

Keywords: Self-Directedness– Neuroticism -Planning

(*)Assistant Professor – Faculty of Arts- Helwan University

مقدمة:

التخطيط في حياة الفرد يُعدُّ بمَثابة العمود الفقري له، فلا يستطيع أي فرد يريد النجاح أن يَستغني عن التخطيط لمستقبله ووضْع الخطط التفصيلية لما يريد أن يقوم به سواء كان ذلك في المستقبل القريب أو في المستقبل البعيد، وقد يعتقد البعض أن التخطيط ورسم خطط للمستقبل إنما هو عمل فئة معينة من الناس أو مجموعة معينة منهم مثل رجال الأعمال وما إلى ذلك، إلا أن جميع المتخصصين في علم النفس والتربية قد أكدوا عكس ذلك؛ حيث يؤكدون أن التخطيط إنما يجب أن يكون عنصرًا أساسيًّا في حياة كل فرد مهما كانت بساطة تطلُّعاته للمستقبل، ومهما كان ما يريد التخطيط له صغيرًا أو كبيرًا، المتبعة.

وتشير البحوث في العلوم الإنسانية والاجتماعية إلى تمتع الإنسان عن سائر الكائنات الحية بقدرته على إدارة حياته من خلال التخطيط، وهذه المميزة ليست موزعة على أفراد بنى الإنسان بالتساوي ،بل إنها ليست موزعة على الشعوب أو الجماعات بالتساوي، فالأفراد البارزون هم وحدهم الذين يتميزون بالقدرة على التخطيط لحياتهم (أبو الحجاج،٢٠١٢)

فمنذ القرن العشرين عندما نشر جيلفورد وآخرون عام (١٩٥٧) دراسته عن التخطيط بوصفه ظاهرة نفسية، ثم أعقبه بدراسة في هذا المجال لميلر وآخرين (١٩٦٠) ومنذ ذلك الوقت ظهرت كثير من الدراسات النفسية للتخطيط، إلا أن الدراسة الإمبريقية للتخطيط باعتباره متغيرًا نفسيًّا ازدهرت منذ حوالي ٤٠ عامًا، إذ كانت تهدف إلى البحث عن الآليات الأساسية للتخطيط وتأثيرها في مختلف سلوكيات الفرد(Michael, Schultz & Judy,2001) . و تناول علماء النفس التخطيط بوصفه تمثيلًا معرفيًّا لإدارة الحياة من خلال تحديد الأهداف الحياتية والاكتشافات المبكرة للعقبات والبدائل المتاحة كافة، لتحقيق هذه الأهداف (Peter,1999) ، وأشار السيكولوجيون أيضًا إلى أنه بشكل عام خاصية أساسية ومظهر من مظاهر السلوك الذكي ، وأنه أيضًا عملية معرفية ضرورية لتشكيل

سيناريوهات الحياة والتنبؤ بالعقبات كافة التي تعوق تحقيق الأهداف ، وكيفية التغلب عليها (Nizkodubov&Evseeva,2015).

كذلك يرى علماء النفس التخطيط بمثابة استراتيجية لإدارة الحياة تتيح للأفراد السيطرة في حياتهم الحاضرة والمستقبلية، لذا يعد التخطيط استعدادًا معرفيًا ومزاجيًا للمهام المستقبلية من خلال مكوناته، مثل :تحديد الأهداف والتركيز علي الفرص الجيدة والمبتكرة (Azizli, Atkinson, Baughman & Giammarco, 2015).

كما يمثل أنه في جوهره توجه نحو المستقبل ،لأنه قائم بشكل كبير علي تحديد الأهداف المستقبلية ،مما يعزز من دوافع الأفراد نحو تحقيق أهدافهم المستقبلية (Park,Lu&Hedgcock,2017) .

وللتخطيط نواتج نفسية إيجابية متعددة، منها أنه نشاط تكيفي يعزز ردود الفعل المرنة تجاه مختلف العوامل الخارجية غير المستقرة (Michael, et al, 2001)، كما أنه يعمل على تهيئة الفرد الذاتية لوضع نفسه على المسار الصحيح من أجل تحقيق الأهداف والنتائج المرجوة وتجنب النتائج السلبية (Hallgeir & Roy, 2018). كما يعمل التخطيط على التقليل من ميل الفرد إلى إهدار الوقت، وعدم التسويف في استكمال المهام ،فضلًا عن أنه يؤدى دور الضبط الذاتي والالتزام وعدم التردد من اجل أداء المهام بشكل أفضل (Park, et al , 2017).

بالإضافة إلى ذلك يعد التخطيط من العوامل التي تحقق الرضا والسعادة فعلي سبيل المثال أشارت دراسة شيلدون وإليوت (Sheldon & Elliott,1999) إلى قدرة الفرد علي تحديد أهداف تعد أحد مصادر الرضا ،وتوصلت دراسة كل من شليدون و كاسر وسميث وشارك (Sheldon, Kasser, Smith & Share,2002) وأندوي وكوتس وهيثرتون (Andrew, Coates & Hetherton, 2008) ودراسة بارتون (Barton, 2009) إلى أن قدرة الفرد علي التخطيط تؤدي إلى شعور بالسعادة من خلال تعزيزه لقدرة الفرد على التنظيم

وإدارة حياته، مما يؤدي إلى تحسين نوعية الحياة على المستوى الفردي .

وتجدر الإشارة إلى تباين الأسوياء في التخطيط بمكوناته المختلفة، مثل: الدقة وسرعة إنجاز المهام و التنظيم والتنفيذ وتحديد الأهداف وتوليد البدائل والأفكار الجديدة لمواجهة أي عقبات أمام تنفيذ ما تم التخطيط إليه، (Allan & Sniehotta, 2013)، لذلك نجد أفرادًا يتصرفون استنادًا إلى تخطيط مسبق لحياتهم من أفكار وتصورات في إطار منظور زمني محدد مسبقًا، بينما نجد البعض يتصرفون في حياتهم بشكل عشوائي وغير مبنى على تخطيط والنظرة المستقبلية ، وليس لديهم خطة ترشدهم، وهؤلاء فاقدون للإرادة بل أنهم سيمثلون جزءًا من خطط الآخرين وآلة بأيديهم (قاسم،٢٠١٦.).

ومن المرجح أن يرجع هذا التباين إلى متغيرات اجتماعية وشخصية، إذ يمكن أن تؤثر هذه المتغيرات في الطريق التي ينحو بها الأفراد مخططاتهم للحياة، فإنها تؤثر في نوع المخرجات، فمثلًا أشارت دراسة قازوزة (٢٠١٣) إلى وجود علاقة ارتباطية بين عوامل الشخصية والاجتماعية وتخطيط الفرد لحياته وبما فيها من تصورات مستقبلية وسوف تركز الدراسة الحالية على كل من العصابية والتوجه الذاتي بوصفهما سمات في الشخصية لهما دور مؤثر في التخطيط، إذ أكدت الدراسات على أن العصابي وفقًا لما ذكره كل شينوبو وبارك وهيوا وجنفيز وهازل وكارولولوفوكريستوفر (Shinobu, Park, Heiwa, Jennifer, Hazel, Carol, Love & Christopher, 2018) يعاني من عدم الكفاءة الذاتية وقلة الإرادة ونقص البصيرة وعدم الرضا والسعادة والحساسية المفرطة وصعوبة توكيد ذاته، مما يعوقه ذلك عن تحديد أهدافه ورغباته، بينما من المرجح أن يكون لمفهوم التوجه الذاتي تأثير إيجابي في التخطيط بوصفه جزء من النظام الدافعي في بناء الشخصية وله أهمية خاصة في تنشيط دوافع الفرد وسلوكياته، ويكبح رغباته، ويحدد كيفية إدراكه لذاته وللآخرين ،وكيفية تفاعله معهم (Snopek, ,Hublova, ,Porubnova, & Blatng, 2012)، كما أن التوجه الذاتي يعد من مفاهيم بناء الذات وتشكيل الهوية، إذ إنه يرتقي عبر

مراحل نموه ليعكس الفروق الفردية في الكفاءة الذاتية، والإرادة، والتوجه نحو الأهداف وقبول الذات (Devebakan, Dogan, Ceylan, Akin, & Kose, 2018)

والواقع أن التوجه الذاتي يعد من الاستراتيجيات ما وراء المعرفية التي توجه السلوك، كما أنه من المتغيرات النسبية التي تختلف من فرد إلى آخر، وهذا الاختلاف يمثل عنصرًا أساسيًّا في اختلاف استجابات الأفراد في العديد من السلوكيات المعرفية والمزاجية (Garcia, Anckarsater & Lundstrom, 2013).

كما أن التوجه الذاتي يرتبط سلبيًّا بالعصابية ،فقد كشفت المراجعة العلمية للإنتاج البحثي السابق عن وجود علاقة ارتباطات سالبة بين التوجه الذاتي والعصابية (أنظر دراسات Garcia, et,al,2013, Cloninger: ,Lee, & Chae, 2015, Dinica, , Demenescu, ,Lord, Krause, Kaiser, & Horn, 2015, Müller, Panksepp, & Kiefer ,2016).

مما سبق يمكن أن يبرز تأثير العصابية علي التخطيط ،وأيضًا تأثير التوجه الذاتي في كل من العصابية والتخطيط، لذلك كانت الحاجة لدور التوجه الذاتي باعتباره بعد في الشخصية يوجه السلوك والذى بدوره قد يتدخل ويعدل العلاقة بين العصابية بكونها أحد عوامل الخطر والتخطيط بإعتباره مهارة من مهارات ما وراء المعرفة.

مشكلة الدراسة

تعد المرحلة الجامعية مرحلة تشكيل الشخصية وبناء المستقبل وبلورة أهداف واقعية، لذا فهي مرحلة تحتاج إلى التخطيط القائم على حافز ذاتي يجعل الفرد فاعلًا في المجتمع، لذا فإنه من الضروري أن يتمتع الطالب بقدر من التوجه الذاتي يمكنه من التعامل مع طبيعة هذه المرحلة، إذ يعد التوجه الذاتي جزءًا من النظام الدافع لما يشمله من وعي الفرد بكفاءته وعزيمته على تحديد وتحقيق أهدافه الشخصية بطريقة تؤدي إلى النجاح (Svrakic, Jakovljevic, 2015)

ويشير ميشيل وآخرون (Michael, et, al ,2001) إلى أن التخطيط ليس

فقط جانبًا من جوانب حياتنا اليومية، بل إنه يؤثر في الأداء في العديد من المهام، إذ أن التخطيط أحد القدرات المعرفية التي يمكن من خلالها توليد محاكاة عقلية لحياة الفرد والتي من خلالها يحدد الفرد أهدافه ويتنبأ بالعقبات وكيفية وضع الحلول البديلة .

وعلى الرغم من الحاجة الملحة لمهارة التخطيط إلا أنه ثمة ندرة في الدراسات المعنية بهذه المهارة المعرفية في العصر الحالي، والذي يتسم بملامح تجعله مختلفًا إلى حد بعيد عما سبقه من عصور، إذ تتبلور السمة الرئيسة لهذا العصر في الاهتمام الكبير بتنمية مهارات الفرد واستثمار قدراته المعرفية واعتباره الأساس في تحقيق أي تنمية بالمجتمع.

كما أن مهارة التخطيط يحتاجها الطالب الجامعي، خاصة أن هذه المرحلة مليئة بالضغوط مثل الضغوط الأكاديمية والاجتماعية لذا تشير عدة دراسات أجنبية ومصرية إلى تزايد معدلات انتشار سمة العصابية واضطراباتها مثل القلق والاكتئاب ومشكلات التوافق لدى طلبة الجامعة مثل دراسات (Gallagher, 2014, Pedrelli, Nyer, David, Jonathan, Holt, Bril, Alert, Fisher, Maurizio & Farabaugh,2015, Chinneck, Thompson, Mahu, Davis-MacNevin, Dobson &, Stewart, 2018; Ibrahim & Abdelreheem, Abdel Wahed & Hassan, 2017, 2015,)

ومن جهة أخرى، فقد سبق أن نوهت على أن التخطيط مهارة معرفية تتأثر سلبًا بأي اختلال في الشخصية، ويؤكد ذلك ما أشار إلية سنتوها وشوارزروبجيامين (Sniehotta, Schwarzer & Benjamin., 2005) أن العصابية بما تشمله من خصائص مثل الاندفاع وقلة الدافعية، وانخفاض الضبط الذاتي ترتبط سلبًا بمهارة التخطيط

إلى جانب ماسبق ثمة تناقض بين نتائج الدراسات بشأن طبيعة العلاقة بين العصابية والتخطيط، إذ كشفت بعض الدراسات عن وجود علاقة ارتباطية سالبة بين العصابية والتخطيط مثل دراسات , (Bruijn, et, al, 2009 Ermis, & Icellioglu, 2016, والجهنى ٢٠١٦)،

على النقيض من ذلك كشفت دراسات أخري عن وجود ارتباط موجب بين العصابية والتخطيط، مثل دراسات (Stolarski, Fieulaine, Zimbardo & 2018, Kooj, Kanfer, Rudolph, 2018,)

في حين أشارت دراسات إلى عدم وجود ارتباط بين العصابية والتخطيط ،مثل دراسات Reed, Bruch & Haase, 2004, Rogers, Creed & Glendon, 2008, Fayga & Kamal, 2011).

لذا من المتوقع أن يكون للتوجه الذاتي دور في العلاقة بين العصابية والتخطيط، خاصة أن بعض الدراسات أبرزت دور التوجه الذاتي في حياة طلبة الجامعة، فعلي سبيل المثال برهنت دراسة كوينزوسكوبيا Cazana & Schiopca, 2014)، على وجود تأثير إيجابي للتوجه الذاتي المرتفع لدى طلبة الجامعة في إدارة الذات و التوافق الدراسي والدافعية للإنجاز الدراسي، كذلك أشارت دراسة كلونينجروزوهار (Cloninger & Zohar 2011,) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التوجه الذاتي المرتفع وكل من الرضا ومشاعر الإيجابية والقدرة على تحديد الأهداف، وتوصلت دراسة كل من كازان وليراردى وجاكي (Cazan, Lerardi, & Jacic, 2017) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التوجه الذاتي والرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة.

وعلى الرغم من وجود تأكيدات علمية على طبيعة التوجه الذاتي الفعالة في الحياة النفسية للفرد، ومع ذلك، لم يتمكن الباحث من الحصول على دراسة سابقة، من خلال عمليات المسح الإلكتروني لقواعد البيانات المتاحة على الشبكة الدولية للمعلومات، عنيت بهذا المتغير، على المستوى العربي فضلًا عن ندرة الدراسات الأجنبية التي تناولت العلاقة بين كل من العصابية التوجه الذاتي والتخطيط، كما لا توجد دراسات في هذا المجال بالتصميم الحالي على المستوى الأجنبي والعربي في حدود علم الباحث، لذا فإن كل هذه الحقائق السابقة أو بعضها قد أسهمت في تعزيز الاهتمام بطرح الهدف الرئيس للدراسة الحالية وهو التحقق من علاقة الارتباط المباشرة بين العصابية والتخطيط وذلك بعد التحكم الإحصائي في التوجه الذاتي.

وللتحقق من الهدف الرئيس للدراسة الراهنة تم صياغة مشكلة الدراسة في التساؤلات التالية:

١- إلى أي مدى توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في كل من العصابية والتوجه الذاتي والتخطيط؟

٢-إلى أي مدى توجد ارتباطات ذات دلالة إحصائية بين كل من العصابية والتوجه الذاتي و التخطيط؟

٣-إلى أي مدى يمكن أن يؤثر العزل الإحصائي لمتغير التوجه الذاتي في تعديل العلاقة بين العصابية والتخطيط؟

أهمية الدراسة: يمكن توضيح أهمية الدراسة في ضوء ما يلي.

الأهمية النظرية

١-تعول الدراسة الحالية أهمية كبيرة على موضوعها وهو دور التوجه الذاتي في تعديل العلاقة بين العصابية و التخطيط

٢-. عدم وجود دراسات سابقة عربية في حدود ما أطلع عليه الباحث، تصدت لدراسة التوجه الذاتي بوصفه بعدًا في الشخصية على جانب من الأهمية في مسار الحياة النفسية للفرد

٣-أهمية دراسة التوجه الذاتي ومهارة التخطيط بوصفهما من الجوانب الإيجابية في الشخصية لدى طلبة الجامعة، تلك الفئة التي تمثل قطاعًا لا يستهان به في المجتمع المصري.

الأهمية التطبيقية

١-إمكانية الإفادة من مفهوم التوجه الذاتي وخاصة في المجال الإرشادي والعلاجي، وذلك بمحاولة بحث علاقته بالعصابية داخل الثقافة المصرية.

٢-تتيح للمرشد النفسي والأكاديمي بالجامعة معرفة نوع العلاقة بين متغيرات الدراسة الحالية ومن ثم تسهم في معرفة الطرق المناسبة لإرشاد الطلاب.

أولا–مفاهيم الدراسة

١–التوجه الذاتي[١]

اطلع الباحث على عدة أطر نظرية، ودراسات أجنبية، تناولت تعريف التوجه الذاتي، وقد خلص الباحث منها إلى تعريفه للتوجه الذاتي في الدراسة الحالية:و هو "أن التوجه بعد في الشخصية تجمع تحته عده سمات تتمثل في العزيمة والاستقلالية في الأفعال والاختيارات وسعة الحيلة والكفاءة الذاتية والقدرة على تنظيم الذات والتحكم فيها وتقديرها إيجابيًّا وإدراك الأهداف التي يريد تحقيقها في الحياة" انظر دراسات (Cloninger, Svrakic, & Przybeck,1993, Martin, Magdalena&, Montag,2010, Danilo, Fariba, Sandor, Thomas, Trevor,& Henrik,2015, Cloninger, Granjard, Amato, Mordadi, & Garia,2018)

٢–العصابية[٢]

من خلال عدة أطر نظرية، ودراسات أجنبية وعربية، تناولت تعريف العصابية وقد خلص منها الباحث إلى تعريف للعصابية: على أنها المحدد الرئيس للطريقة التي يستجيب بها البشر للمؤثرات النفسية السلبية، فالأفراد الذين يعانون من العصابية العالية يميلون إلى المبالغة في استجاباتهم الانفعالية تجاه مختلف المواقف بما يجعلهم مستهدفين للضغوط والإجهاد والتأثير النفسي السلبي والاضطرابات الجسمية والأفراد العصابيون يميلون لخبرات المشاعر السلبية ،مثل التشاؤم والارتباك وانخفاض تقدير الذات والنظر إلى البيئة المحيطة على أنها مهددة ،يصعب إدارتها والسيطرة عليها" (انظر Muris, Meesters, & Diederen, 2005, جرادات وأبو غزال، ٢٠١٤ والأنصاري وسليمان.،٢٠١٤ وعبد الخالق ،٢٠١٦ الذهبي والسلماني، ٢٠١٧ Turel&Gil-Or,2018, Richard, Mindy, Danica, Martin, Joshua, David & Jennife, 2018)

(1)**Self-directedness**
(2) **Neuroticism**

٣-التخطيط[1]:

التخطيط مثل العديد من الظواهر النفسية المعقدة، تعددت تعريفاته وتطورت من الضيق إلى الشمولية فنجد أن الباحثين الأوائل: علي سبيل المثال ريد (Read,1987,) عرف التخطيط على أنه التحديد وتنظيم للمهام و مكونات الأداء وحل أي مشكلة من خلال سلسلة من الإجراءات لتنفيذ أهداف معينة، ويعرف كل من سيمونز وجلوتي (Simons&Galotti,1992) التخطيط على أنه تنظيم لإدارة الحياة من خلال مجموعة من التصورات والأفكار في إطار زمني محدد مسبقًا .

أما الباحثون الحاليون، فيعدون التخطيط محاكاة عقلية للأفعال المستقبلية ونتائجها من خلال سلسلة من الإجراءات تشمل تنظيم وتحديد الأهداف وآليات التنفيذ والتغلب على العقبات كافة وهذه السلسلة من الإجراءات ذات مغزى إيجابي، مثل (Michael, et, al, 2001, Sniehotta, et, al 2005., Allan & Sniehotta, 2013 Haalgeir & Roy, 2018)

كما توجد تعريفات ترى التخطيط استراتيجية لإدارة الحياة يتيح للأفراد بناء وإظهار التحكم في حياتهم وتصور مستقبلهم، و يري بعضهم الآخر التخطيط على أنه استعداد للمهام المستقبلية، وممارسة المزيد من التحكم أثناء إكمال المهام ويتضمن التخطيط: مهارات موجهة نحو تحديد الهدف والتركيز على الفرص الجديدة لتحقيق الأهداف (Azizli, et,al,2015)

على أية حال، يمكننا أن نخلص من التعريفات السابقة المتعددة للتعريف "مفهوم التخطيط" إلى ثلاث فئات، على النحو الآتي:

- التخطيط هو عملية محاكاة عقلية للأفعال المستقبلية ونتائجها.
- التخطيط هو استراتيجية معرفية لإدارة الحياة بشكل ذاتي.
- المحدد الرئيس للتخطيط هو تحديد الأهداف.

(1)Planning

كما يمكن صياغة التعريف الإجرائي للتخطيط على النحو التالي: التخطيط يعني القدرة على تدبير أحوال الحاضر والمستقبل القريب من خلال تحديد الأهداف الحياتية الواقعية عبر كافة السبل والوسائل وجمع المعلومات التي تخص هذا الهدف والتنبؤ بالعوائق والصعوبات والاختيار بين البدائل كما أنها القدرة على استعلام وتجنيد المعارف والمعلومات التي تخص تحقيق الاهداف

ثانيا- تفسير متغيرات الدراسة

١-التوجه الذاتي

ظهر مفهوم التوجه الذاتي تاريخيًّا بوصفه بعدًا من أبعاد الشخصية ضمن نموذج العوامل السبعة للمزاج والشخصية على يد (كلونينجر Claninger, وآخرين عام ١٩٨٧ خلال نموذج العوامل السبعة للمزاج والشخصية والذي اشتمل على ثلاثة أبعاد للشخصية هي:(التوجيه الذاتي[١]) والتعاون[٢])، والسمو الذاتي[٣]، وينظر إلى التوجه الذاتي بوصفه بعدًا إيجابيًّا في الشخصية، إذ يوصف الأفراد الذين يتمتعون بدرجة عالية من التوجه الذاتي بقوة الحيلة، والمسؤولية، والإدارة، ولديهم أهداف محددة (Cheng, Rielage & Ramanaiah, 2002).

ويرتبط مفهوم التوجه الذاتي بمفاهيم أخري لعل أهمها، وجهة الضبط ومعنى الحياة وفاعلية الذات، فقد تناول كلونينجر Cloninger وآخرون عام ١٩٩٣ العلاقة بين هذه المفاهيم وأبعاد التوجه الذاتي أثناء إعدادهم لمقياس العوامل السبعة في الشخصية، فمثلًا وضح كلونينغر Cloninger وآخرون عام ١٩٩٣ العلاقة بين بعد المسؤولية مقابل إلقاء اللوم على الآخرين بمفهوم وجهة الضبط لروتر، إذ يرون أن الذين لديهم وجهة ضبط داخليَّة

(1)Self-Directedness
(2)Cooperativeness
(3)Self-Transcendence

يميلون إلى تحمل مسؤولية أفعالهم وقدرتهم على حل مشكلاتهم.

أما الأشخاص الذين يكون لديهم وجهة ضبط خارجية يميلون إلى اللامبالاة، وإلقاء اللوم على الآخرين أو الحظ السيئ لأي عجز يحدث لهم، ويبين كلونينجر وآخرون Cloninger ١٩٩٣ علاقة بعد العزيمة مقابل الافتقار للهدف بمفهوم معنى للحياة ووجه الشبة بين المفهومين هو أن كليهما يعد الهدف المجدي وهو المفتاح الرئيس لتحفيز الكبار، وأن الوفاء بالمعنى كان أكثر أهمية لدى الفرد بالحياة، فضلًا عن ذلك وضح كلونينغر Cloninger وآخرون عام ١٩٩٣ العلاقة بين بعد سعة الحيلة مقابل الجمود ومفهوم باندورا الخاص بفاعلية الذات، ووجه الشبة بين المفهومين هو أن كليهما يؤمن بقدرة المرء على النجاح في سلوك الهدف الموجه (Garcia, et, al, 2013).

إلى جانب ذلك يقوم كل من التوجه الذاتي ووجهة الضبط وفاعلية الذات بدور البعد الدافعي المفسر للسلوك، فهم يفسرون فعالية الفرد في القدرة على التعامل مع المتغيرات الخارجية، وخاصة عندما يرتبط الأمر بعملية الإنجاز وكيف يمكن لهذا الإنجاز أن يكون نتيجة لعوامل الدافعية كما أنهم يشيرون إلى اعتقاد الفرد في قدرته على التحكم في ذاته وتحمل المسئوولية (Cloninger ,Garcia, Lester & Cloninger,2017).

على أي حال، يرى الباحث أن مفهوم التوجه الذاتي يستوعب هذه المفاهيم، بل إنه يتجاوزها إذ يشتمل على مجال واسع من المتغيرات لها علاقة بالعزيمة والإرادة الذاتية ،وتنشيط السلوك وكبح الرغبات والنزوات الخاصة، والسعي المستمر نحو ضبط الذات والتغلب على جوانب النقص.

وننتقل إلى عرض النموذج النظري المفسر للتوجه الذاتي ، وهو النموذج الحيوي للأمزجة والشخصيةِ والذي صاغه كلونينجر (Claninger) ١٩٨٧ فقد تناول مفهوم التوجه الذاتي على أنه أحد الأبعاد الثلاثة في الشخصية ،و يفترض كلونينجر (Claninger) عام ١٩٨٧ أن التوجه الذاتي

مفهوم يضم بنية الانضباط الذاتي والتحكم الصادر من الذات، الذي يقوم بتنشيط سلوكيات الفرد ،وكبح رغباته ،وتحديد سلوكه سعيًا لتحقيق ذاته وقبولها وتحقيق أهدافه، وكيفية التعامل مع المواقف الحياتية في ضوء المسؤولية والكفاءة الذاتية والإرادة الحرة (Cloninger, Svrakic, .& Przybeck ,1993).

كذلك، توصل كلونينجر cloninger عام ١٩٩٤ في دراسة تحليلية إلى مفهوم التوجه الذاتي على أنه متغير نفسي مركب من خمسة مكونات هي:(المسؤولية مقابل اللوم، و العزيمة مقابل الافتقار إلى توجيه الهدف و الدهاء مقابل الجمود، و قبول الذات مقابل السعي الذاتي ، والعادات الطبيعية المنسجمة مقابل العادات غير الطبيعية وغير المنسجمة (Prosnick, Evans, & Farris,2003)،وأضاف كلونينجر وزملاؤه في سلسلة من الدراسات إلى أن ثمة إجماعًا متزايدًا على تصور وجود تباين بين الأفراد في مستوي أبعاد التوجه الذاتي بين مرتفعي ومنخفضي التوجه الذاتي (انظر دراسات: Cloninger,et,al,2017, Cloninger & Zahar, 2011)

الجدول (١) يوضح تلخيصًا للفروق في أبعاد التوجه الذاتي بين مرتفعي ومنخفضي مستوى التوجه الذاتي وفقًا لما أشار إليه جارسيا وآخرون (Garcia et, al, 2013) عن أبعاد التوجه الذاتي

أبعاد التوجه الذاتي	منخفضو التوجه الذاتي	مرتفعو التوجه الذاتي
المسؤولية مقابل إلقاء اللوم على الآخرين(SD1) Responsibility versus blaming	يتصفون بالاعتمادية وعدم تحمل مسؤولية اختياراتهم وينتقدون أنفسهم، ولا يقدرونها إيجابيًا يتصفون بإلقاء اللوم علي الآخرين في حالات عجزهم، إذ يعزون فشلهم وأخطاءهم إلى عوامل خارجة عن إرادتهم وسيطرتهم.	يتصفون بالجسارة وعدم التردد والإقدام على القيام بالمهام الموكلة إليهم ويتميزون بالثقة والكفاءة الذاتية، ويدركون أن تصرفاتهم ومشكلاتهم تعكس –عمومًا– خياراتهم الخاصة، وبالتالي فإنهم يميلون إلى قبول المسؤولية عن تصرفاتهم وهم محل ثقة من الآخرين.
العزيمة مقابل الافتقار للهدف(SD2) purposefulness versus lack of goal direction	يرون حياتهم لا معنى لها، ويفتقرون إلى أفكار حول كيفية حل مشكلاتهم أو المبادرة في حلها، ولا يتسمون بالإرادة والسعي نحو تحقيق طموحاتهم، ويفتقدون القدرة على تأجيل إشباع حاجاتهم الخاصة من أجل تحقيق أهداف مستقبلية.	يكافحون من أجل تحقيق أهدافهم وتحقيق معنى لحياتهم، ولديهم أهداف طويلة المدى وهم مدفوعون ذاتيًا لتحقيقها، يمتلكون رؤي وخطوات واضحة حول كيفية تحقيق أهدافهم وطموحاتهم الشخصية.
سعة الحيلة مقابل الجمود(SD3) Resourcefulness versus inertia	يتصفون بالعجز واليأس في مواجهة مشكلاتهم، وعدم الفعالية تجاه مختلف المشكلات وينتظرون الآخرين كي يساعدوهم في حلها ، فضلا عن أنهم يتصفون بالجمود المعرفي وانخفاض الكفاءة الذاتية.	يتسمون بسعة الحيلة واليقظة والفطنة والتفتح الذهني في حل مشكلاتهم وابتكار حلول جديدة ولديهم ثقة في أنفسهم، وفي قدراتهم الذهنية و يتصفون بالإنتاجية والتدفق والكفاءة الذاتية.
قبول الذات مقابل السعي الذاتي(SD4) Self-acceptance versus self-striving	يميلون إلى تقدير الذات سلبيًا والميل إلى الخيال والقدرة الوهمية غير المحدودة في تحقيق الثروة والجمال والشباب الدائم، فضلا عن عدم الكفاءة الذاتية وتجاهلهم جوانب النقص والعيوب لديهم متمنين أن يكونوا الأفضل في كل شيء.	يتصفون بالثقة الذاتية، ويعترفون بنقاط القوة والضعف ويتصفون بالاتجاه الإيجابي والقبول لقدراتهم المعرفية، ومكوناتهم الجسدية والوجدانية ويبذلون قصاري جهدهم من أجل الارتقاء بأنفسهم.
العادات الجيدة المتوافقة مقابل العادات السيئة غير المتوافقة (SD5) actualizing versus bad habits	ويتصفون بعادات فردية معقدة وغير متناسقة وغير واضحة، تعوقهم عن تحقيق الاتساق بين ما يملكون من قدرات وما يسعون إليه من أهداف جديرة بالاهتمام، والواقعية، مما يسبب لهم مشكلات نفسية.	يتصفون بعادات جيدة كالنظام والاعتدال وتنظيم الوقت، وهذه العادات تجعلهم يتصرفون بطريقة تتماشى مع أهدافهم وقيمهم، يطورون أنفسهم بشكل مستمر ويشعرون بالاطمئنان والثقة في مختلف المواقف الحياتية.

يمكن للباحث من العرض السابق لأبعاد التوجه الذاتي وتباينها بين مرتفعي ومنخفضي التوجه الذاتي أن يخلص إلى الخصال المميزة للمتوجهين ذاتيًّا في ست خصال، على النحو الآتي:

١-لديهم شعور بالمسؤولية تجاه أنفسهم.

٢-لديهم مستوى من قبول الذات والرضا.

٣يتمتعون بالذكاء والتفتح الذهني.

٤-لديهم عزيمة وكفاءة ذاتية.

٥-لديهم أهداف واضحة في حياتهم.

٦-لديهم القدرة على حل المشكلات.

على أي حال، يمكن للباحث تلخيص أبعاد التوجه الذاتي في هذه المفاهيم: (قبول الذات، ضبط الذات ، والسلوك الموجه نحو الهدف).

أما عن المحددات التي تشكل التوجه الذاتي فقد افترض نموذج كمونينجر وآخرين ١٩٩٣ أن التوجه الذاتي بوصفه متغيرًا أساسيًّا من متغيرات الشخصية، يتحدد-تبادليا-بأساليب التنشئة الاجتماعية وكيفية إدراك الفرد لمحيطه الاجتماعي، فضلًا عن الأساس الجيني الوراثي والبيئية الفيزيقية التي يعيش فيها الفرد (Devebakan et, al, 2018)

٢-العصابية:

ظهر عامل العصابية-مبكرًا -في دراسات الشخصية والعصابية وهي الصفة التي تميز الأعصبة[1] والعصاب وهو الاضطراب الحقيقي أو الحالة العيانية للشخص المكروب (عبد الخالق، ٢٠١٦).

بالإضافة إلى ذلك، فسر أيزيك الشخصية العصابية لدى الفرد علي أنها نتاج التفاعل بين الوارثة والبيئة، فقد رأى أيزيك أن للوراثة عاملًا رئيسًا في

(1)Neuroses

العصابية، إذ إن الفرد يرث الاستعداد للعصابية، وأن الوراثة لا تؤثر بشكل مباشر وإنما تؤثر بشكل غير مباشر عن طريق التكوينات الجسمية، وهذه التكوينات تتفاعل مع البيئة (الشربيني ٢٠١٦).

والاستجابة العصابية من وجهة النظر السلوكية تعد استجابة أوتونومية راجعة إلى الجهاز العصبي المستقل وهي كذلك استجابة غير تكيفية يتم تعلمها تبعًا للمبادئ المألوفة للتدعيم، وعلي أساس خبرات اشتراط حدثت في عمر مبكر أو تعلمها الفرد في عمر متأخر، وتبقى هذه الاستجابة العصابية الشرطية تنطفئ بعد فترة من الوقت نتيجة نقص تدعيم الخبرات المضادة للاشتراط ،وتتعدد الأدلة على العصاب من بينها ما يذكره كولمان Colemem ١٩٦٥ أن زوجات الجنود العصابيين يكشفن عن اضطرابات عصابية (عبدالخالق ٢٠١٦).

كذلك ذكر ونج (Wong) ٢٠٠٨ أن العلاقات غير الآمنة التي تتمثل في تذبذب بين الرفض والقبول الوالدي أو االقسوة والإهمال، وتفرقة في التعامل بين الأبناء وزيادة مستوى الصراع بين أفراد الأسرة، والنقد المستمر من الوالدية وتوقعات الوالدية المرتفعة، والاختلالات الأسرية كل هذه العوامل تسهم في نشأة العصابية (Bertus,2015)

٣-التخطيط Planning

تباينت آراء الباحثين حول طبيعة التخطيط هل هو مهارة معرفية أم أنه يعد سمة مزاجية في الشخصية ، فمثلًا يري ميرفى و ديدري واغليري (Murphy, Deirdre & Bnaglieri, 1995) التخطيط بوصفه سمة دائمة في الشخصية تؤثر في أداء المهام المعرفية ، وهذه السمة تشبه موضع الضبط، والتخطيط بوصفها سمة يمكن أن تؤثر فيها عوامل ذاتية و خارجية ،بينما يري ألن ونوهستا (Allan & Sniehotta, 2013) التخطيط وفقًا لعلم النفس المعرفي مهارة معرفية تستخدم لتنظيم السلوك ، من أجل تحقيق هدف محدد من خلال سلسلة من الخطوات الوسيطة، وهذه السلسلة تشكل "الخطة.

أما عن الأسس النظرية التي فسرت التخطيط فيوجد عدة نماذج ونظريات فسرت التخطيط بوصفه ظاهرة نفسية منها ما ذكره كل من ميشيل و شولتز وجودي(Michael, et,al ,2001) وهي كما يلي:

أول هذه النماذج هو نموذج كرتلة Krietler وكرتلة Krietler عام (١٩٧٢) والذي فسر التخطيط بأنه بناء معرفي لكيفية تحديد الفرص، وجمع المعلومات بشأن هذه الفرص، وتحديد الأهداف ، وبناء الخطة الأولية، وتحديد حالات الطوارئ التي تعوق تحقيق الأهداف، وتعديل الخطة على أساس هذه الحالات الطارئة، أما نموذج ورتس Woods وديفيذ Davies عام (١٩٧٣) فقد فسر التخطيط علي انه عملية معرفية تهدف إلى التقليل من الوقوع في الأخطاء فالتخطيط عملية لتحديد الأهداف، وإنشاء البدائل إذا ظهرت أزمات ومقاربة هذه البدائل مع الأهداف ومراجعة الخطة تنقيحها، وتنفيذها بعد ذلك (Michael,et,al ,2001).

في حين فسر نموذج هايز روث Hayes-Roth عام (١٩٧٩) التخطيط على أنه عملية انتهازية للفرص المتاحة ويُرى أن هناك عددًا من الأنظمة التفاعلية تشارك في إنشاء الخطة وتعديلها وهي: (تحديد الأولويات)، و(تحديد المشكلة والسياسات)، و(صياغة النوايا والاستراتيجيات)، و(تطبيق المعلومات)، و(إنشاء تسلسل نتائج الأعمال).

في حين ركز نموذج بازيلا Pea عام (١٩٨٢) في تفسيره للتخطيط على أنه مجموعة من المهارات تتضمن إعداد سلسلة من الإجراءات لتحقيق هدف ما من خلال تحديد الهدف وتحديد أي مشكلة تعوق تنفيذه (Michael, et, al, 2001).

بالإضافة إلى ذلك يفسر نموذج شولنيك Scholnick وفريدمان Friedman عام (١٩٩٣) التخطيط على أساس انه مجموعة من المتطلبات والتي منها : كيفية بناء الأهداف ، وتوليد الاستراتيجية ، وتقييم التكلفة وفوائد الاستراتيجية ومراجعة الخطة ، وتنفيذها، إلى جانب التفكير الاستباقي للتغييرات

الطارئة ، والتفكير في الحلول البديلة لتحقيق الأهداف (Michael, et,al,2001)

إلى جانب هذه النماذج توجد نظريات فسرت التخطيط نذكر منها نظرية الإدارة بالأهداف: والتي من روادها ورديني Odiorne عام ١٩٨٤وتقوم على افتراض أساسي وهو أن التخطيط للوقت والذات والأنشطة الحياتية ضروري من أجل تجنب الفرد ما يسمى بمصيدة النشاط[١] وتنطوي هذه النظرية على حقيقة أن ثمة أنشطة عديدة تمارس من أجل القيام بنشاط حياتي معين، بدلًا من أهميتها لإنجاز الأهداف؛ لذلك لابد من تحليل الوقت والجهد والنشاط الحياتي اليومي بهدف التخطيط المفيد والفعال للوقت في عدد من البيئات المختلة ويتم ذلك في خطوات خمس تبعًا لأولويات التخطيط وهي (التعرف على الأهمية الحقيقية للنشاط. ومدى الحاجة لهذا النشاط بالنسبة للفرد وإمكانية تحقيق هذا النشاط من قبل الفرد أو ممن لهم علاقة معه وإجراء الاتصالات اللازمة لتحقيق هذا النشاط مع من لهم علاقة لتحقيقه والمحافظة على الاستمرار للاتصال لتحقيق الهدف (بركات ،٢٠٠٩).

كما تم تفسير التخطيط ضمن نظرية المعالجة المعرفية والت تناولت كل من للتخطيط والانتباه والاستثارة والمتزامنة باعتبارها نظرية حديثة للقدرات والتى تستند إلى تحليلات لوريا Luria؛ في أعوام (١٩٦٦؛ ١٩٧٣؛ ١٩٧٤؛ ١٩٨٠) لهياكل الدماغ، إذ وصفت لوريا العمليات المعرفية البشرية في إطار ثلاث وحدات وظيفية؛ الأولى منها هي الاستثارة القشرية والانتباه؛ و الثانية ترميز المعلومات باستخدام العمليات المتزامنة والمتتالية؛ والثالثة تنص على التخطيط والمراقبة الذاتية وهيكلة الأنشطة المعرفية، وقد شكّلت بحوث لوريا في الجوانب الوظيفية لهياكل الدماغ أساس هذا النموذج والذي استخدم بوصفه مخططًا لتحديد العناصر المهمة للكفاءة العمليات المعرفية التي تحدث داخل الوحدات الوظيفية الثلاث والتي هي مسؤولة عن جميع الأنشطة المعرفية.

والذي يهمنا في عرض هذه النظرية هو التخطيط بوصفه وظيفة من

(1)Activity Trap

وظائف الوحدة الثالثة والمسؤول عن التخطيط هي التقسيمات الأمامية لفصوص الدماغ ؛فهذه الفصوص تجهز المعلومات حول العالم الخارجي وهي الوسيلة التي يتم بموجبها تنظيم سلوك الكائن الحي وفقًا للأثر الناتج عن أفعاله" ويوفر التخطيط التنظيم والتحقق من السلوك (Murphy,et,al ,1995).

ووفقًا لما تم عرضه من نماذج ونظريات فسرت عملية التخطيط بوصفه متغيرًا نفسيًّا يمكن القول أن التخطيط عملية معرفية عليا تتضمم مجموعة من المهارات هي تحديد الأهداف وطرح البدائل والحلول لمواجهة عقبات تنفيذ الأهداف واختيار استراتيجية للتنفيذ

مكونات التخطيط

وبناء علي ما تم عرضه من نماذج ونظريات فسرت للتخطيط ،يمكن القول إن ثمة مكونات أساسية في عملية التخطيط ذكرها كل من ميشيل وآخرون (Michael, et,al,2001) وهي:

١-**التوليد**[١] : يضمن رصد جوانب القوة والضعف والفرص المتاحة والتهديدات المتحملة وتوليد استراتيجيات بديلة لحل الظروف المحتملة في المستقبل وإنشاء وتنظيم الأهداف المرغوب فيها وتحديد خطوات تنفيذها.

٢-**التركيز والمراجعة**[٢]: وتتضمن تحديد الأسباب التي يمكن التلاعب بها وقيود الحالات الطارئة التي تظهر. ومراجعة الخطط وتعديلها ووضع خطة منقحة ومفصلة ومناسبة.

٣-التنفيذ[٣]: يعرف كل من وربروت ,باندورا (Rober & Bandura,1989) التنفيذ على أنه عملية اتخاذ القرار و هي عملية معرفية دافعية معقدة لاستنتاج عناصر النجاح والفشل لاستخدامها في التخطيط المستقبلي.

إضافة إلى ذلك يشير الزغبي (٢٠٠٨) إلى عملية التخطيط بوصفها

(1)**Generation**
(2)**projection & Revision**
(3)Implementation

عملية معرفية تضمن مجموعة من المهارات وهي (تحديد هدف أو الإحساس بوجود مشكلة، واختيار استراتيجية التنفيذ ومهاراته، وترتيب تسلسل العلميات أو الخطوات وتحديد العقبات والأخطاء، وتحديد أساليب مواجهة الصعوبات والأخطاء، والتنبؤ بالنتائج المرغوب فيها أو المتوقعة)

كما يري كل من هورن وكناب ,Horn & Knapp عام ١٩٧٣ أن التخطيط يعد محاكاة معرفية للمهام المستقبلية ويتكون التخطيط من مجموعة من القدرات المعرفية هي: (أ) قدرة على الحكم، (ب) القدرة الإدراكية، (ج) القدرة على الفهم ، (د) القدرة على الترتيب ، (هـ) القدرة على التفصيل ، و(و) قدرة المرونة Allan&Sniehotta,2013)

ثالثا–دراسات سابقة

نظرًا لعدم وجود دراسات جمعت بين متغيرات الدراسة الحالية يمكن استعراض الدراسات السابقة في ضوء ثلاثة محاور على النحو التالي:

المحور الأول :نتائج دراسات أشارت إلى وجود علاقة بين العصابية والتخطيط

نظرً لعدم حصول الباحث علي أي دراسة عربية أو أجنبية تناولت العلاقة بين العصابية والتخطيط ،لذا سوف نستعرض بعض الدراسات التي انتهت ضمن نتائجها إلى وجود علاقة بين العصابية والتخطيط ، من هذه الدراسات نذكر ،منها دراسة بريندا و لاشمان (Prenda & Lachman, 2001) التي أجريت على عينة الدراسة قوامها (٣٠٣٢) فرد متوسط أعمارهم (٤٦,٩) سنة بانحراف معياري(١٣,١) سنه وتم إرسال أدوات الدراسة لأفراد العينة عبر النت وأشارت الدراسة ضمن نتائجها إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيًا بين العصابية والتخطيط للمستقبل.

وتناولت دراسة كل من ميشيل ومارتي وليرتز(Michael, Marte & Leritz,2005) الكشف عن بعض المتغيرات المؤثرة في مهارة التخطيط ،

وتكونت عينة الدراسة من (١٩٥) موظف، تم تقييم مهارات التخطيط في ظل مختلف الظروف من حيث تعقيد المهمة، وتنوعها وجود اضطرابات عصابية وقد وجدت الدراسة أن تعقيد وتنوع المهمة والاضطرابات العصابية تؤثر سلبًا في جودة وأسلوب التخطيط.

أما دراسة قاسم (٢٠١٦) التي أجريت على عينة الدراسة من (٣٥٤) من طلبة جامعة حلوان من الجنسين ، بواقع (٢٥١) من الإناث، وعدد (١٠٣) من الذكور، منهم (٢١٩) من طلبة الكليات النظرية، وعدد (١٣٥) من طلبة الكليات العملية، وقد تراوحت أعمارهم (١٩-٢٤) كان متوسط عمر عينة الذكور(٢٠،٦) بانحراف معياري قدره (١،٢)، طبق عليهم مقياس مهارات إعداد المشروع الشخصي للحياة وهى (التخطيط والتنفيذ وتحديد الهدف والتوجه نحو المستقبل) وقائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ،وقد أظهرت الدراسة ضمن نتائجها وجود ارتباط سالب دال إحصائيًّا بين العصابية و مهارة التخطيط .

كذلك دراسة كل من أرمس وأيسوجلي (Ermis, & Icellioglu, 2016,) اللتان أجريتا علي عينة من (٦٩) طالبًا وطالبة جامعية منهم(٦٠) طالبة و(٩) طلاب وتتراوح أعمارهم بين ١٨ و٢٨ طبق عليهم مقياس إيزيك للشخصية، ومقياس مهارات ما وراء المعرفة ونموذج لتقييم مستويات الاندفاع، وانتهت الدراسة ضمن نتائجها إلى أن العصابية وما تشمله من خصائص، مثل الاندفاع ترتبط سلبًا بمهارة التخطيط .

وفي السياق نفسه توصلت دراسة الجهني (٢٠١٦) التي أجريت على عينة من (٨٧) من الطلاب السعوديين المبتعثين إلى نيوزلندا، واستخدمت الدراسة ثلاثة مقاييس للتكيف الأكاديمي والتفكير ما وراء المعرفي. ومقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، فقد أسفرت الدراسة ضمن نتائجها إلى أن الطلبة الذين يتميزون بدرجة أكبر في العصابية هم أقل في مهارة التخطيط بوصفها من مهارات التفكير ما وراء المعرفي.

المحور الثاني :دراسات تناولت العلاقة بين التوجه الذاتي والعصابية بأوجهها المختلفة

هدفت دراسة دي فريتي وآخرين (De Fruyt, et, al, 2000) إلى التحقق من الكفاءة السيكومترية لمقياس العوامل السبعة للمزاج والشخصية، وتكونت عينة الدراسة من ١٣٠ من المرضى النفسيين بمركز العلاج النفسي في بلجيكا منهم ٦٩ من الذكور و٦١ من الإناث، متوسط أعمارهم ٣٧ سنة، وكشفت الدراسة ضمن نتائجها عن وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيًّا بين التوجه الذاتي والعصابية.

وتناولت دراسة ماكدولولاند وهولاند (Macdonald & Holland, 2002) العلاقة بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية و العوامل السبعة للمزاج والشخصية ،وتكونت العينة من ٣٤٤ طالب جامعي، منهم ١٠٢ من الذكور وعدد ٢٦٦ من الإناث متوسط أعمارهم ٢١ عامًا بانحراف معياري ٤,٣ عامًا واستخدمت الدراسة مقياس العوامل الخمسة الكبرى ومقياس العوامل السبعة في المزاج والشخصية وبينت الدراسة وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيًّا بين التوجه الذاتي و العصابية، كما كشف الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في التوجه الذاتي في اتجاه الإناث، بينما توجد فروق في العصابية في اتجاه الذكور.

وهدفت دراسة سينج وآخرين (Seung، et, al, 2002) إلى إعداد صورة كورية لاستخبار العوامل السبعة في المزاج والشخصية، وتكونت عينة الدراسة من ٨٥١ من طلاب الجامعات الكورية ، استخدمت الدراسة مقياس العوامل السبعة للمزاج والشخصية ومقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتوصلت الدراسة إلى وجود ارتباط سالب دال إحصائيًّا بين التوجه الذاتي والعصابية.

وأجرى جارسيا (Garcia,2011) إلى الكشف عن الفروق بين الذكور والإناث في العوامل السبعة للشخصية والمزاج والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية ، وكشف عن العلاقة بين مكونات العوامل السبعة والعوامل الخمسة

للشخصية وأجريت الدراسة دراسة على عينة قوامها٣٩٨ طالب جامعي من السويد، منهم عدد ١٦٣ من الإناث و٢٢٦ من الذكور متوسط أعمارهم ١٦,٩ سنة بانحراف معياري٠,٩١ واستخدمت مقياس العوامل السبعة الكبرى للشخصية ومقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ومقياس السعادة، وكشفت الدراسة ضمن نتائجها عن وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيًّا بين التوجه الذاتي والعصابية، وكشفت الدراسة عن عدم وجود فروق ذات دلالة في كل التوجه الذاتي والعصابية بين الجنسيين.

أما دراسة كل من وينبرج وساندوكسفت (Wennberg & Sundqvist, 2015) التي أجريت على عينة من المقامرين في السويد قوامها ٢٥٧ وكشفت الدراسة عن تميز مرتفعي العصابية بالتوجه الذاتي المنخفض.

من جهة ثانية، ثمة دراسات سابقة جمعت بين التوجه الذاتي وبعض أوجه العصابية ،منها على سبيل الذكر دراسة نايتو وآخرين (Naito, et, al 2000,) التي أجريت علي عينة من الطلبة الجامعيين من الجنسين قوامها١٦٧ طالب من إحدى الجامعات اليابانية وكان متوسط أعمارهم ٢٠,٩ سنة بانحراف معياري١,٨، و كشفت الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيًّا بين التوجه الذاتي والقلق والاكتئاب.

وقام سميث وآخرون (Smith, et, al, 2005) بدراسة للكشف عن العلاقة بين التوجه الذاتي والاكتئاب، وتكونت العينة من ٥٢ من مرضى الاكتئاب، من طلبة الجامعة من المترددين علي العيادة النفسية بالجامعة، وعينة أخري قوامها٦٩ من الطلبة الأسوياء، وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مرتفعي ومنخفضي التوجه الذاتي في الاكتئاب في اتجاه منخفضي التوجه الذاتي.

كذلك هدفت دراسة كل من بيكا وأركي (Pekka & Erkki, 2006) إلى التعرف على إمكانية استخدام استخبار العوامل السبعة للمزاج والشخصية بوصفها أداة تشخيصية للاكتئاب والقلق وتكونت عينة الدراسة من ٤٠٠ فرد

ممن تتراوح أعمارهم ما بين ٢٠ إلى ٧٠ عامًا من مدينتين فنلنديين ،و انتهت الدراسة ضمن نتائجها إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيًّا بين التوجيه الذاتي و أعراض القلق والاكتئاب.

وقام هاغوب, وآخرون (Hagop, et, al ,2009,) بدراسة علي عينة قوامها ١٦٩ سيدة مجرية أعمارهم من ١٤ الي٦٤ سنة ،منهن الطبيبات، وطالبات جامعيات، طبق عليهم بطارية تحتوي علي عدة مقاييس لقياس القلق والاكتئاب والابعاد الثلاثة في الشخصية من بطارية العوامل السبعة في الشخصية والمزاج و انتهت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيًّا بين التوجه الذاتي وكل من الاكتئاب ،والعدائية ،والقلق، واليأس، والشعور ، كما كشفت الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التوجه الذاتي بين افراد العينة وفقًا للعمر الزمني في اتجاه الفئة العمرية الاعلى.

وأجرى سبتهوس وآخرون (Spittlehouse, et, al, 2010) دراسة على عينة إكلينيكية من مرضى الاكتئاب، عددهم١٩٥ مريض و عينة أخري من الأسوياء قوامها١٥٧ وكشفت الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية سلبية دالة إحصائيًّا بين التوجه الذاتي والاكتئاب، كما أسفرت الدراسة عن القدرة التنبؤية العكسية للتوجه الذاتي بالاكتئاب.

وهدفت دراسة موتشكوفيتش وآخرين (Mochcovitch,et,al ,2012) الكشف عن العلاقة بين أبعاد المزاج والشخصية والاكتئاب ، من خلال مراجعة منهجية نظرية ل ١٣ دراسة منهم ١٠ دراسات متعلقة بالاكتئاب، و ٣ دراسات متعلقة بالهلع وأعراض القلق غير المحدد وهذه الدراسات أجريت على عينات من مجموعات سكانية معينة أو مرضى يعانون من نوع من الاكتئاب والقلق، كشفت الدراسة علي اتفاق جميع نتائج هذه الدراسة علي أن انخفاض التوجه الذاتي مؤشرًا دالًّا على مظاهر العصابية مثل الاكتئاب واضطرابات القلق

وسعت دراسة سولاز وآخرين (Solmaz,et,al,2017)إلى المقارنة بين

المرضى النفسيين والأسوياء في مجموعة من سمات الشخصية منها التوجه الذاتي، وتكونت عينة الدراسة من مجموعتين منهم مجموعة من مرضى القلق والاكتئاب من المترددين علي العيادة النفسية لكلية الطب بأنقرة منهم (٣٠ من الاناث و ١٠ من الذكور) ومجموعة أخري من الأسوياء منهم (٢٣ من الإناث و ١٧ من الذكور) واستخدمت الدراسة مقياس بيك للاكتئاب ومقياس اضطراب القلق ومقياس العوامل السبعة في الشخصية والمزاج وانتهت الدراسة ضمن نتائجها إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التوجه الذاتي بين الأسوياء والمرضى في اتجاه الأسوياء ،كما كشفت الدراسة عن وجود علاقات ارتباطية سالبة دالة إحصائية بين التوجه الذاتي وكل من القلق والاكتئاب.

المحور الثالث دراسات جمعت بين مكونات التوجه الذاتي والتخطيط

من هذه الدراسات، نذكر دراسة جيرارت (Gerhardt,2007) والتي هدفت إلى معرفة مدى فاعلية برنامج تدريبي لتطوير إدارة الذات لدى عينة من طلبة الجامعة بلغ عددهم (٢٢٣) طالب جامعي ،منهم نسبة (٥٤,٩%) من الذكور ونسبة (٤٥,١%) من إجمالي العينة من الإناث، وبلغ متوسط أعمارهم (٢٠,٢٤) بانحراف معياري قدره (١,٥٢)، وأظهرت النتائج أن تطوير إدارة الذات يؤدي إلى زيادة مهارات الطلاب المتعلقة بالتخطيط اليومي.

وهدفت دراسة كل من بيهر وريبي (Beehr& Raabe 2007) التعرف إلى تأثير إدارة الذات في التخطيط لدى (٢٠٥) من الموظفين ذوي الياقات البيضاء في شركة تكنولوجيا عالمية كبيرة، في ألمانيا متوسط ، أعمارهم ٣٢,٠ سنة، منهم ٣٣,٧٪ من الإناث، وباقي نسبة العينة من الذكور وطبق عليهم مقياس إدارة الذات ومقياس الاستراتيجيات التنظيمية، وكشفت الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا بين إدارة الذات والتخطيط ، كما انتهت الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة بين الذكور والإناث في إدارة الذات والتخطيط.

وأجرى بركات (٢٠٠٩) دراسة هدفت إلى معرفة مستوى التخطيط

للحياة وإدارة الذات عند مدرسي جامعة القدس المفتوحة في شمال فلسطين وتكونت من (١٣٧) مدرس ومدرسة، وقد توصلت الدراسة إلى أن مستوى التخطيط للحياة لدى مدرسي جامعة القدس المفتوحة كان مرتفعًا، بينما كان منخفضًا في إدارة الذات، ووجود فروق دالة إحصائيًّا في درجات المدرسين في التخطيط للحياة تبعًا لمستوى إدارة الذات في اتجاه مرتفعي إدارة الذات ووجود فروق دالة إحصائيًّا في التخطيط للحياة تبعًا لمتغير الجنس في اتجاه المدرسين الذكور، وعدم وجود فروق دالة إحصائيًّا في إدارة الذات تبعًا لهذا المتغير.

كما استهدفت دراسة تاسكلار (Tascilar,2016) الكشف عن مدى تأثير دور إدارة الذات في مهارة التخطيط بوصفها إحدى مهارات التعلم الذاتي و تكونت عينة الدراسة من ١٢٣ طالب حضروا برنامج تدريب المعلمين الموهوبين في جامعة اسطنبولا، وكانت الأدوات المستخدمة لجمع البيانات مقياس مهارات التعلم (SRLSS)، مقياس الأبعاد السببية، والمعدل الدراسي وكشفت نتائج الدراسة عن أن الفتيات أعلى في مهارة التخطيط مقارنة بالذكور وكشفت الدراسة عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في إدارة الذات وأظهرت النتائج أيضاً وجود علاقة إيجابية دالة إحصائيًّا بين إدارة الذات والتخطيط

تعقيب على الدراسات السابقة. من خلال عرض الدراسات السابقة، يمكن للباحث استخلاص بعض الملاحظات التي قد تسهم في دعم تحقيق أهداف الدراسة وهي:

- يتضح عدم وجود دراسات عربية وأجنبية جمعت بين المتغيرات الثلاثة للدراسة الحالية، كذلك لا توجد دراسات عربية تناولت متغير التوجه الذاتي بأبعاده المختلفة، فهذا المتغير جديد على المستوى العربي، كما تعكس الدراسات الأجنبية المحدودة التي تناولت التوجه الذاتي الطابع المميز للثقافة الغربية ومن ثم توجد حاجة ملحة للكشف عن طبيعة هذا المتغير وأهم أبعاده ومظاهره في البيئة العربية.

- من خلال مسح قواعد البيانات الإلكترونية لم يجد الباحث دراسة جمعت على نحو مباشر بين التوجه الذاتي ومهارة التخطيط ولكنه وجد دراسات تناولت العلاقة بين مهارة التخطيط وإدارة الذات بوصفه مكون من مكونات التوجه الذاتي
- يويجد اتفاق بين نتائج الدراسات من خلال وجود ارتباط موجب بين التخطيط والتوجه الذاتي من خلال أحد مكوناته وهو إدارة الذات فضلًا عن وجود ارتباط سالب بين التخطيط والعصابية.
- ثمة تناقض بين نتائج الدراسات السابقة بشأن الفروق بين الجنسيين في التوجه الذاتي فمثلًا دراسات (Tascilar, 2016, Garcia, 2011) انتهت إلى عدم وجود فروق في التوجه الذاتي، بينما انتهت دراسة ماكدولولاند وهولاند (Macdonald & Holland, 2002) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في التوجه الذاتي في اتجاه الإناث،

رابعا–فروض الدراسة

تسعى الدراسة إلى محاولة التحقق من صحة الفروض التالية:

١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الذكور والإناث من طلاب الجامعة في كل من العصابية والتوجه الذاتي والتخطيط

٢- توجد علاقة ارتباط سالبة دالة إحصائيًا بين العصابية وكل من التخطيط، والتوجه الذاتي وعلاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا بين التخطيط والتوجه الذاتي.

٣- يقوم التوجه الذاتي بدور معدل للعلاقة بين للعلاقة بين العصابية والتخطيط بعد العزل الإحصائي لدرجات التوجه الذاتي عن هذه العلاقة.

خامسا منهج الدراسة وإجراءاتها

أ–**التصميم البحثي:** تعتمد هذه الدراسة على المنهج الوصفي لكونه أكبر موائمة لتحقيق أهداف الدراسة والإجابة عن تساؤلاتها والتحقق من فروضها من خلال الفنيات السيكومترية التي تم تفصيلها بما يتناسب مع العينة في ضوء المتغيرات الدراسة الحالية

ب-عينة الدراسة

أ-**العينة الاستطلاعية** : تكونت من (١٠٠) من طلبة جامعة حلوان وبني سويف من الجنسين ممن تراوحت أعمارهم بين (١٨إلى٢٣) عامًا، بواقع (٣٧) من الطلاب، وعدد(٦٣) من الطالبات، وقد بلغ متوسط عمر أفراد العينة (١٩,٩) بانحراف معياري قدره (١،٣)، والجدول (١)يبين خصائص هذه العينة .

جدول(١) يوضح خصائص العينة الاستطلاعية(ن=١٠٠)

الكليات	العدد	%	الكليات	العدد	%
حقوق حلوان	١٥	١٥%	خدمة اجتماعية	٣٥	٣٥%
آداب علم النفس	٥٠	٥٠%	الإجمالي	١٠٠	١٠٠

ب-العينة الأساسية:

تكونت من(٣٦٩) طالب وطالبة من الدارسين بجامعتي حلوان وبنى سويف من كليات النظرية و متوسط أعمارهم (٢٠,٤) عامًا بانحراف معياري (١,٣) عامًا وتم تطبيق أدوات الدراسة عليهم بطريقة عشوائية وقد تم توزيع هذه العينة إلى مجموعتين فمنهم مجموعة الإناث: قوامها (١٧٠) طالبة ، ومجموعة الذكور: وقوامها(١٩٩) طالب.، والجدول(٢) يوضح تجانس سن أفراد العينة من الذكور والإناث.

جدول (٢) يوضح نتائج اختبار(ت) للدلالة الفروق بين الذكور والإناث في العمر الزمنى

النوع	م	ع	ت	دلالة
ذكور	١٨،٨	١,٦٨	١,١٤	غير
إناث	١٩	١,٢		دالة

يشير جدول(٢) إلى عدم وجود فروق ذات دلالة بين الجنسيين في العمر ممايشير إلى تجانس العينة في العمر، فضلًا عن ذلك يشير الجدول(٣) والجدول(٤) إلى خصائص عينة الدراسة علي النحو الآتي:

جدول(٣) يوضح توزيع افراد عينة الدراسة حسب النوع

النوع	ك	%
ذكور	١٩٩	%٥٣,٩
إناث	١٧٠	%٤٦,٣
الإجمالي	٣٦٩	١٠٠

يشير جدول(٣) إلى عدم وجود تباين كبير بين أعداد الذكور والاناث في العينة وإن كان عدد الذكور أعلي من عدد الإناث.

جدول(٤) يوضح توزيع افراد عينة الدراسة حسب الجامعة

الكلية	ك	%
طلاب من جامعة بني سويف	١٤٦	%٣٩,٥
طلاب من جامعة حلوان	٢٢٣	%٦٠,٤
الإجمالي	٣٦٩	١٠٠

يتضح من الجدول السابق أن معظم افراد العينة من جامعة حلوان.

جدول(٤) يوضح توزيع افراد عينة الدراسة حسب الكلية

الكليات	العدد	%
حقوق	٥٥	%١٤,٩
آداب	١٠٠	%٢٧,١
خدمة اجتماعية	٧٥	%٢٠,٣
كلية الخدمة التنموية	١٠٠	%٢٧,١
تجارة خارجية	٣٩	%١٠,٥
الإجمالي	٣٦٩	%١٠٠

ج-أدوات الدراسة وخصائصها السيكومترية :استخدمت في جمع بيانات الدراسة الحالية بثلاثة مقاييس، بالإضافة إلى قائمة البيانات الشخصية ويمكن عرض هذه المقاييس كما يلي:

١-مقياس العصابية: مقياس فرعي من قائمة إيزيك للشخصية الذي أعده عام ١٩٧٥، وقام عبد الخالق(١٩٩١) بتعريبه وتقنينه على البيئة المصرية، وهو كأداة لقياس العصابية، ويتألف المقياس من(٢٣) بندًا، وقام معرب المقياس بحساب ثبات المقياس في البيئة المصرية ، فكان معامل الفا (٠,٨٠) واشتقت بعض دلالات الثبات والصدق لمقياس العصابية في دراسات عديدة في البيئة العربية، فعلي سبيل الذكر قام جرجس (٢٠٠٧)بحساب ثبات المقياس في البيئة العراقية، فكان معامل ألفا كرونباخ (٧٨,٠)، كما قام الأنصاري (٢٠٠٢) بحساب صدقه وثباته في البيئة الكويتية إذ استخدم صدق المحك وصدق الاتساق الداخلي وحساب معامل ألفا كرونباخ الذي بلغ (٨٨,٠)، كما قام قاسم (٢٠١٦) بحساب صدقه وثباته في البيئة المصرية، وتعكس الدرجات المرتفعة على المقياس مستوى العصابية فكلما ارتفعت الدرجة أشار ذلك إلى ارتفاع مستوى العصابية لدى المفحوص.

خطوات التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس في الدراسة الحالية:

١) ثبات المقياس: تم حساب ثبات المقياس على العينة الاستطلاعية بثلاث طرق وهي: إعادة التطبيق بعد عشرة أيام من التطبيق الأول، وثبات الاتساق عن طريق معامل ألفا وثبات التجزئة النصفية وفيما يلي نقدم عرضًا لقيم الثبات على بالجدول (٥)

جدول(٥) يوضح معاملات ثبات مقياس العصابية

	إعادة الاختبار		ثبات القسمة النصفية بعد معادلة تصحيح طول		معامل الفا	
مقياس العصابية	ذكور ن=٣٦	إناث ن=٣٩	ذكور=٣٦	إناث=٦٠	ذكور= ٣٦	إناث =٦٠
	٠،٦٢	٠,٦٥	٠,٩١	٠,٩٣	٠،٧١	٠,٧٥

يشير جدول (٥) إلى معاملات ثبات مقبولة للمقياس

ب) **صدق المقياس** : تم حساب صدق المقياس بطريقة **الصدق التلازمي** لمقياس العصابية من خلال حساب بين مقياس العصابية الحالي وقائمة ويلوبي للميل العصابي ترجمة عبد الخالق(١٩٩٥)وبناء على هذه الحطوة بلغ معامل الارتباط بين المقياسين لدى ٣٦ فردًا من الذكور من العينة الاستطلاعية قد بلغ (٠,٦٦) بينما بلغت قيمة الارتباط لدى (٤٠) من الإناث من العينة الاستطلاعية(٠,٦٧)

٢-مقياس التوجه الذاتي:(Self-Directedness SD)(ترجمة الباحث)

مقياس فرعي مشتق من استخبار كلونينجر للمزاج والشخصية من إعداد كل من كلونينجر وبرزيبك وسفركيس ، وبرزبيك ،وتذيل ,Cloninger) Przybeck, Svrakic &Wetzel, 1994) ويتكون هذا المقياس الفرعي من (٤٠) بندًا في صورته الأصلية ولكن أصبح (٣٧) بندًا بعد تحليل البنود بالدراسة الحالية و تغطي خمسة أبعاد هي(المسؤولية مقابل لوم الآخرين (٨) بنود، والعزيمة مقابل الافتقار إلى توجيه الهدف (٦) بنود، والدهاء مقابل الجمود (٥) بنود، والرضا عن الذات مقابل السعي الذاتي (٨) بنود ، والطبيعة الثانية المنسجمة مقابل العادات غير المنسجمة (١٠) بنود، ويتمتع المقياس في صورته الاجنبية بخصائص سيكومترية جيدة فقد قام ل سونج وجونج وايجو وكينى (Seung, Jong, Eunjioo ,Kelley& kyoon,2002) إلى أن معاملات ثبات الفا للمقاييس الفرعية لاستخبار كلونينجر للمزاج و الشخصية كانت مرتفعة وقد تراوحت من (٠,٧٠ إلي٠,٧٥) ومعامل ثبات إعادة التطبيق (٠,٥٧ إلى ٠,٧٢) كل من فوستي وكلونينجر وبروني وجارزلي ومافي (Fossati, Cloninger, Borroni ,Giarolli &, Maffei, 2007) بحساب معامل ثبات ألفا للمقاييس الفرعية لاستخبار كلونينجر للمزاج و الشخصية وقد انتهى إلى أن معامل ثبات ألفا لمقياس التوجه الذاتي(٠,٨٣) ومن ناحية الصدق فقد تحققت دراسة كل من هانسن و دلزي وكلونينجر Hansenne, Deihez &

(Cloninger, 2005) من الصدق التلازمي للمقاييس الفرعية لاستخبار كلونينجر للمزاج و الشخصية ومقياس العوامل الخمسة الكبري للشخصية ومنها مثلًا ارتباط مقياس التوجه الذاتي بمقياس العصابية ارتباطًا سالبًا قيمته(-٠,٧٥)

وفي الدراسة الحالية قام الباحث بترجمة المقياس والتحقق من شروطها السيكومترية وفق الخطوات التالية:

- تم ترجمة مقياس التوجه الذاتي من اللغة الإنجليزية إلى اللغة العربية، وتم عرضها على اثنين١ من أعضاء هيئة التدريس بقسم اللغة الإنجليزية بكلية اللغات والترجمة بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية من أجل المراجعة اللغوية للترجمة، وإذا كانت الترجمة العربية للمقياس تنقل المعنى نفسه باللغة الإنجليزية أم لا وقد أجريت بعض التعديلات على الترجمة العربية
- عرض المقياس علي(١١) من محكمين٢ من أعضاء هيئة التدريس بقسم علم النفس بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية ،وجامعة المنوفية قسم علم النفس بكلية الآداب بغرض صدق المفردات لقياس التوجه الذاتي، وبناء علي ذلك تم تعديل صياغات بعض البنود لتناسب الثقافة العربية عامة والمصرية خاصة وبقيت الصورة العربية مطابقة للصورة الأصلية في عدد بنودها وهو(٤٠) بندًا وقد تراوحت نسبة اتفاق المحكمين على بنود المقياس في صورته المعربة ما بين(٨٠% الي٩٦%)
- قام الباحث بكتاب المقياس في صورته النهائية إذ تم التوزيع العشوائي لبنود المقياس في صورة المعربة بشكل يوازي التوزيع العشوائي للمقياس في صورته الأجنبية، كما تم توضيح التعليمات وطريقة الإجابة عن البنود من خلال اختيار الإجابة من بين بدائل للإجابة وتراوحت من(١إلى ٥) درجة منها :لا تنطبق إطلاقًا تحصل علي(درجة واحدة)، ولاتنطبق(درجتان) ولا

١ دكتور محمود شلبي ودكتور سيد سليم بقسم الترجمة بكلية اللغات والترجمة بجامعة الإمام

٢ السادة المحكمين ١-اد إسماعيل الفقى - اد م السعيد عبد الخالق - ادم يحيى الخططابة ادم محمد الصافي ادم عز الدين- اد تركي العطيان- اد محمد القحطاني - اد صالح العريني - اد الشيخ ريحان آدم عماد السكري. اد محمود الخيال

تنطبق إلى حد ما (ثلاث درجات)، وتنطبق (٤ درجات) وتنطبق تمامًا(٥ درجات) على متصل متدرج الشدة يبدأ بالدرجة ويتم تصحيح البنود أرقام(٧، ١٠، ١١، ٢١، ٢٢، ٢٥، ٢٨، ٢٩، ٣٠، ٣٢، ٣٣، ٣٤، ٣٦، ٣٧) بشكل إيجابي، في حين تصحح البنود سلبيًّا التي أرقامها هي: (١ ، ٢ ، ٣ ،٤ ٦، ٥، ٦، ٨، ٩، ١١، ١٢، ١٣، ١٤. ١٥ ، ١٦ ، ١٨، ٢٠، ٢٣، ٢٤، ٢٥، ٢٦، ٢٧ ، ٣١ ، ٣٥ ، ٣٩ ، ٤٠) من(١:٥)

ثبات المقياس: تم تقدير ثبات المقياس بعد حذف البنود التي لم تصل إلى ارتباط دال مع الدرجة الكلية بعدة طرق هي: إعادة التطبيق والقسمة النصفية(زوجي/ فردي) وتصحيح الطول بمعادلة سبيرمان– براون) ومعامل الفا كرونباخ ويوضح الجدول(٦) نتائج الثبات.

جدول(٦) يوضح معاملات ثبات مقياس التوجه الذاتي

ابعاد مقياس التوجه الذاتي	عدد البنود	إعادة الاختبار		ثبات القسمة النصفية بعد تصحيح الطول		معامل ثبات ألفا	
		ذكور ٣٧	إناث ٦٣	ذكور ٣٧	إناث٦٣	ذكور ٣٧	إناث٦٣
المسؤولية مقابل لوم الآخرين	٨	٠,٧٠	٠,٧٧	٠,٩٠	٠,٩٢	٠,٧٢	٠,٧٠
العزيمة مقابل الافتقار إلى توجيه الهدف	٦	٠,٧٢	٠,٧٦	٠,٩٣	٠,٩٣	٠,٧٤	٠,٧٧
الدهاء مقابل الجمود وقلة الحيلة	٥	٠,٦٠	٠,٧٠	٠,٧٠	٠,٧٨	٠,٦٠	٠,٦٠
الرضا عن الذات مقابل السعي الذاتي	٨	٠,٦٥	٠,٦٦	٠,٨٣	٠,٨٦	٠,٦٤	٠,٧٦
العادات الطبيعية المنسجمة مقابل العادات السلبية	١٠	٠,٦٦	٠,٧٠	٠,٨٢	٠,٧٨	٠,٧٠	٠,٧١
الدرجة الكلية		٠,٦٤	٠,٦٠	٠,٨٨	٠,٩٠	٠,٧٠	٠,٧٢

ويشير جدول (٦) إلى اتسام معاملات الثبات للمقياس بأبعاده المختلفة

بأنها معاملات ثبات جيدة

صدق المقياس: حسبت عن طريق صدق المحكمين وصدق المحتوى، وفيما يلي عرض لذلك

أ-**صدق المحكمين** تم عرض المقياس مرة أخرى على عدد(٩) من المحكمين ممن سبق ذكرهم من أعضاء هيئة التدريس تخصص علم نفس ، طلب منهم إبداء الرأي حول مدى تحقيق هذه الأداة للهدف الذي وضعت من أجله كما طلب منهم تحديد مدى انتماء العبارة إلى البعد الذي تندرج تحته، ثم قام الباحث بإجراء التعديلات المقترحة من قبل السادة المحكمين، والتي تتمثل في تعديل الصياغة اللغوية لبعض العبارات وقد تراوحت النسب المئوية للاتفاق بين المحكمين علي البنود بين (٧٠%:٨٠%) وهذه البنود موزعة على خمسة أبعاد التي سبق ذكرها، وبذلك اعتبر المقياس صادقًا بناء على صدق المحكمين.

ب-**صدق المحتوى:** تم حساب معاملات ارتباط الأبعاد الخمسة المكونة للمقياس بالدرجة الكلية للمقياس لدى الذكور والإناث من أفراد العينة الإستطلاعية و توصلت من ذلك الإجراء إلى أن جميع معاملات ارتباط الأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس دالة عند ٠,٠١ مما يعد ذلك مؤشرًا مقبولًا لصدق المقياس.

٣-**مقياس التخطيط** واتخذ بناء المقياس الخطوات التالية: -

أ--الاطلاع على كل ما هو متاح من الدراسات النفسية السابقة والقراءات النظرية التي تناولت مفهوم التخطيط بغرض الوقوف على أبعاد يتضمنها المقياس الحالي لقياس التخطيط ومن أهم المقاييس التي تحصل الباحث عليها كاملة أو على بنودها فقط من خلال قواعد البحث ومن هذه المقاييس مقياس سشوراي ودنشنٍ(Schraw&Dennison,1994) ومقياس برندا وأخمان(Prenda&Lachman,2001)، ومقياس ناجليري وجونتج Naglieri (& Gottling,. 1997) ومقياس لوي ولي (Law&Lee,2004) ومقياس

هيرشي وجاكوبس ولوسون(Stawski,Hershey,Jacobs,Lawson,2007).

ب--تم صياغة عدد (٢٧) بندًا من خلال الاقتباس من بنود المقاييس التي سبق ذكرها بحيث تعكس المفهوم النظري لتخطيط الحياة والتي تتمثل في المقياس الحالي في بعدين هما بعد (تحديد الأهداف) ١٣ بندًا وبعد (استراتيجية التنفيذ) ١٤ بندًا وتكون الإجابة عن هذا المقياس وفق خمسة بدائل هي (تنطبق تمامًا – تنطبق–تنطبق إلى حدما–لا تنطبق – لا تنطبق إطلاقًا) والدرجات علي كل بند من (٥ إلى ١) درجة، وقد روعي صياغة البنود بلغة عربية سليمة لتتلاءم مع طبيعة العينة.

ج–التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس في الدراسة الحالية

–**ثبات المقياس:** تم حساب ثبات المقياس والذى أصبح بنودًا بناء علي الخطوة السابقة (٢٢) بندًا على العينة الاستطلاعية بثلاث طرق هي: إعادة التطبيق بعد عشرة أيام من التطبيق الأول، كما تم حساب ثبات مقياس التخطيط عن طريق التجزئة النصفية لبنود المقياس (زوجي، فردى) وصحح الطول بمعادلة جتمان لتصحيح الطول وثبات عن طريق معامل ألفا وفيما يلي نقدم عرضًا لقيم الثبات بالجدول (٧)

جدول(٧) يوضح معاملات ثبات مقياس التخطيط

مقياس التخطيط		ألفا – كرونباخ		تجزئة بعد تصحيح الطول بمعامل جتمان		إعادة الاختبار ن= ٤٠
الأبعاد	عدد المفردات	ذكورن= ٣٧	إناثن= ٦٣	ذكورن=٣٧	أناث=٦٣	أناث=٦٣	ذكورن= ٣٧
تحديد الأهداف	٨	٠،٧٨٤	٠,٨٨	٠،٨١٣	٠٧٧	٠,٦٧	٠،٦٥
استراتيجية التنفيذ والتخطيط	١٤	٠،٨٧١	٠,٨٠	٠،٧٧٢	٠،٨٣	٠,٦٦	٠,٦٠
الدرجة الكلية	٢٢	٠،٨٥١	٠,٨٩	٠,٩٨	٠,٩٥	٠,٦٧	٠،٦٤

يتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات الثبات مرتفعة، ونتبين مما

سبق أن مقياس التخطيط الحياتية (الأبعاد والمقياس ككل)، يتمتع بدرجة مقبولة من الثبات

٣) صدق المقياس

صدق المحكمين: عرض الباحث المقياس في صورته الأولية على مجموعة من المحكمين (٩) من أساتذة علم النفس بكلية الآداب جامعة حلوان، وكلية الآداب جامعة المنوفية وكلية الآداب جامعة المنيا، لإبداء آرائهم في مدى وضوح الفقرات وسلامة صياغتها، ومدى مناسبتها لقياس التخطيط ، ، وهل تحتاج إلي تعديل، أو حذف لبعض الفقرات غير المناسبة أو إضافة فقرات مناسبة وهل البدائل المقترحة مناسبة للمقياس، وقد رأى المحكمون أن أغلب فقرات المقياس مناسبة وكانت نسبة اتفاقهم على كل فقرة ما بين ٨٠% إلي ٩٠% إلا في بعض الفقرات رأى المحكمون أنها تحتاج إلى تعديل، وتم تعديلها.

الصدق التلازمي: تم حساب صدق المقياس بطريقة الصدق التلازمي لمقياس التخطيط من خلال حساب بين مقياس التخطيط الحالي و بعد التخطيط بمقياس مهارات ماوارء المعرفة لهارد وانيل وجمال جلجل(٢٠٠٩)وبناء علي هذه الخطوة بلغ معامل الارتباط بين المقياسين لدى ٣٦ فردًا من الذكور من العينة الاستطلاعية قد بلغ (٠,٦١) بينما بلغت قيمة الارتباط لدى (٦٣) من الإناث من العينة الاستطلاعية(٠,٦٦)

سادسا-إجراءات التطبيق:

اتبع الباحث عدة إجراءات في جمع بيان الدراسة الحالية، يمكن تلخيصها فيما يلى:

أ-بمساعدة الزملاء من أعضاء هيئة التدريس بقسم علم النفس بكلية الآداب جامعة حلوان* تم تعريفهم بالأسلوب الأمثل لجمع بيانات الدراسة، وقاموا بتطبيق مقاييس الدراسة على الطلاب والطالبات من طلبة جامعة حلوان وجامعة بني سويف من الكليات النظرية تطبيقًا جمعيًّا، وتم التطبيق في قاعة المحاضرات بحيث ضمت جلسة التطبيق من ٣٠إلى ٥٠ طالبًا، وقد

أجابوا عن ادوات الدراسة الحالية في جلسات تراوحت مدتها من محاضرة كاملة أي من ٣٠ دقيقة إلى ٤٥ دقيقة

ب-جمعت البيانات خلال شهر فبراير ومارس من عام٢٠١٨ وقد ساعد الباحث الحالي في التطبيق ثلاثة من أعضاء هيئة التدريس من الزميلات بقسم علم النفس بكلية الآداب جامعة حلوان، بكلية الخدمة الاجتماعية جامعة بني سويف.

ج-تم تصحيح الأدوات بطريقة فردية من قبل الباحث

سابعاً-خطة التحليلات الإحصائية: تمثلت خطة التحليلات الإحصائية للبيانات في حساب معامل ارتباط بيرسون واختبار(ت) ومعامل الارتباط الجزئي وعن طريق برنامج التحليل الإحصائي (spss) إصدار ٢٠

ثامناً- عرض نتائج الدراسة

-نتائج الفرض الأول

للتحقق من الفرض الأول حسبت قيمة (ت) للفروق بين الذكور والإناث في كل من العصابية والتوجه الذاتي والتخطيط بأبعاده الفرعية ، فكانت النتائج كالتالي بالجدول (٨، ٩)

جدول(٨) يوضح نتائج اختبار(ت) للدلالة الفروق بين الذكور والإناث في التخطيط بمكوناته المختلفة

أبعاد مقياس التخطيط	الذكور ن=١٩٩		الإناث ن=١٧٠		ت	مستوي الدلالة
	م	ع	م	ع		
تحديد الأهداف	٤٦	١٠	٤٤	٩,٨	١,٩	٠,٠٥
استراتيجية التنفيذ	٣٦,٣	٦,٩	٣٥,١	٧	١,٥	٠,٣٦
الدرجة الكلية	٨٢,٢	١٥,٢	٧٩,١	١٤,٤	١,٩	٠,٠٤

يتبين من جدول (٨) وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في الدرجة الكلية للتخطيط وبعدها (تحديد الأهداف) في اتجاه الذكور بينما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في بعد(استراتيجية التنفيذ). كما يبين جدول(٩) نتائج الفروق بين الجنسين في كل من العصابية والتوجه الذاتي

جدول(٩) نتائج الفروق بين الجنسين في كل من العصابية والتوجه الذاتي

البيان	الذكور ن=١٩٩		الاناث ن=١٧٠		ت	مستوي الدلالة
العصابية	م	ع	م	ع		٠,٠٠
	٢٢,٨	١٣,٤	٣٢,٦	١٠,٧	٧,٥	
ابعاد مقياس التوجه الذاتي	م	ع	م	ع	ت	مستوي الدلالة
المسؤولية مقابل لوم الآخرين	٢٧,٤	٤,٧	٢٥,٩	٤,٧	٣,٠٤	٠,٠٠٣
العزيمة مقابل الافتقار إلى توجيه الهدف	٢٠,١	٣,٧	١٩,٦	٣,٩	١,٠٥	٠,٢٩
الدهاء مقابل الجمود وقلة الحيلة	١٦,٣	٢,٨	١٦,٣	٢,٩	٠,٠٩	٠,٩٢
الرضا عن الذات مقابل السعي الذاتي	٣١,٧	٥,٠٥	٣٠,٤	٤,٩	٢,٧	٠,٠٠٦
العادات الطبيعة المنسجمة مقابل العادات السلبية	٣٦,٦	٥,٤	٣٥,٥	٥,٦	١,٨	٠,٠٧
الدرجة الكلية	١٣٢,٣	١٥,١	١٢٧,٧	١٣,٩	٢,٩	٠,٠٠٣

يتبين من الجدول (٩) وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في

العصابية في اتجاه الإناث كذلك وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في الدرجة الكلية للتوجه الذاتي وأبعاده (المسؤولية الشخصية مقابل لوم الآخرين، الرضا عن الذات مقابل السعي الذاتي–العادات الجيدة مقابل العادات السلبية) في اتجاه الذكور، في حين لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في بعدي (الدهاء مقابل قلة الحيلة والعزيمة مقابل الافتقار إلى توجيه الهدف).

–نتائج الفرض الثاني

للتحقق من الفرض الثاني تم حساب معامل الارتباط لبيرسون بين درجات الطلاب على مقياس العصابية، ودرجاتهم على مقياس التوجه الذاتي ومقياس التخطيط فكانت النتائج بالجدول (١٠) و(١١)

جدول(١٠) يوضح معاملات الارتباط ومستوى الدلالة بين درجات العصابية والتوجه الذاتي

ابعاد التوجه الذاتي	العصابية		قيم معاملات الارتباط للعينة الكلية(ن=٣٦٩)
	ذكور ن=١٩٩	اناث ن=١٧٠	
المسؤولية مقابل لوم الاخرين	٠,١٨–**	٠,٢٢–**	٠,٢٤–**
العزيمة مقابل الافتقار إلى توجيه الهدف	٠,٠٤	٠,٠٣	٠,٠٠
الدهاء مقابل الجمود وقلة الحيلة	٠,٠٢	٠,٠٧	٠,٠١٧
الرضا عن الذات مقابل السعي الذاتي	٠,١٩–**	٠,١٨–**	٠,٢٣–**
العادات الطبيعة مقابل العادات السلبية	٠,٢٤–**	٠,٢٣–**	٠,٢٠–**
الدرجة الكلية	٠,١٦–**	٠,٢٤–**	٠,٢٤–**
ابعاد مقياس التخطيط			
تحديد الأهداف	٠,١٠–	٠,٣٣–**	٠,٢١–**
استراتيجية التنفيذ	٠,٠٧–	٠,٠٧–	٠,٠١
الدرجة الكلية	٠,٠٤	٠,٢٦–**	٠,١٥–**

يتبين من الجدول (١٠) وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين العصابية، وكل من الدرجة الكلية للتوجه الذاتي وأبعاده الفرعية (المسؤولية مقابل لوم الآخرين والرضا عن الذات مقابل السعي الذاتي والعادات الطبيعية مقابل العادات السلبية) لدى العينة الكلية للدراسة ولدى كل من الإناث والذكور كل على حده، كذلك لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين العصابية والدرجة الكلية للتوجه الذاتي والأبعاد الفرعية للتوجه الذاتي (العزيمة مقابل الافتقار إلى توجيه الهدف ،والدهاء مقابل الجمود وقلة الحيلة) لدى العينة الكلية للدراسة ولدى كل من الإناث والذكور كل على حدة، وأيضًا لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين العصابية والدرجة الكلية للتخطيط وبعديه (تحديد الأهداف، واستراتيجية التنفيذ) لدى عينة الذكور في حين توجد علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين العصابية وكل من الدرجة الكلية للتخطيط وبعد (تحديد الأهداف) لدى عينة الإناث وعدم وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين العصابية وبعد استراتيجية التنفيذ بوصفه بعد للتخطيط لدى عينة الإناث.

جدول (١١) يوضح الارتباط ومستوي الدلالة بين درجات التوجه الذاتي والتخطيط

المتغيرات	**الذكور (ن=١٩٩)**		**اناث ن=١٧٠**		**العينة الكلية**
	تحديد الأهداف	استراتيجية التنفيذ	تحديد الأهداف	استراتيجية التنفيذ	
المسؤولية مقابل لوم الآخرين	٠,٤١**	٠,٣٨**	٠,٣٨**	٠,٣٢**	٠,٣٠**
العزيمة مقابل الافتقار إلى توجيه الهدف	٠,٣٩**	٠,٢٧**	٠,٤٠**	٠,٢٨**	٠,٤٠**
الدهاء مقابل الجمود وقلة الحيلة	٠,٢٦**	٠,٣٠**	٠,٢٢**	٠,٣٠**	٠,١٢
الرضا عن الذات مقابل السعي الذاتي	٠,٣٤**	٠,٣٩**	٠,٢٦**	٠,٢٣**	٠,٢٢**
العادات الطبيعة مقابل العادات السلبية	٠,٤٠**	٠,٤٠**	٠,٤٨**	٠,٣٠**	٠,٤٨**
الدرجة الكلية	٠,٥٤**	٠,٥٢**	٠,٥٨**	٠,٤٥**	٠,٥٢**

يتبين من الجدول (١١) وجود ارتباطات موجبة ذات دلالة إحصائية بين التخطيط بأبعاده الفرعية والدرجة الكلية للتوجه الذاتي وأبعاده الفرعية لدى العينة الكلية للدراسة ولدى كل من الإناث والذكور كل على حدة، في حين لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الدرجة الكلية للتخطيط وبعد الدهاء مقابل قلة الحيلة لدى العينة الكلية

نتائج الفرض الثاني

وللكشف عن الدور المعدل للتوجه الذاتي في العلاقة بين العصابية والتخطيط، تم حساب نتائج هذا الفرض مع الدرجات الكلية لمقاييس الدراسة الثلاثة، وذلك لدى العينة الكلية للدراسة، ونظرًا لعدم وجود علاقة ارتباطية دالة بين العصابية والتخطيط لدى عينة الذكور، تم حساب معامل الارتباط الجزئي وانتهيت من هذه الخطوة إلى النتائج الموضحة بالجدول (١٢)

جدول (١٢) معامل الارتباط الجزئي للعلاقة بين العصابية والتخطيط بعد العزل الإحصائي للتوجه الذاتي (ن = ٣٦٩)

المتغيرات	الارتباط البسيط	الارتباط الجزئي	دلالة الارتباط الجزئي
العصابية التخطيط	٠,١٥-**	٠,٠٣	٠,٦٥

بالنظر إلى الجدول (١٢) يتضح أنه بالعزل الإحصائي لمتغير التوجه الذاتي عن العلاقة بين العصابية والتخطيط، تلاشت هذه العلاقة من(٠,١٥-**) إلى(٠,٠٣) وبمقارنة هذين القيمتين لمعاملات الارتباط يتضح الاختلاف الكبير في قيمة معامل الارتباط ،قبل عزل متغير التوجه الذاتي عنها وبعد عذل هذا المتغير ،الأمر الذي يشير إلى أن متغير التوجه الذاتي له تأثير في اتجاه وقوة العلاقة بين العصابية والتخطيط

مناقشة نتائج الدراسة

نبدأ مناقشة نتائج هذه الدراسة بالعودة إلى أسئلتها للتحقق من مدي مساهمة هذه نتائج من خلال الإجابة عنها، وقد أتضح للباحث الحالي أن نتائجها تتفق مع ما خرجت به الدراسات السابقة ومختلف التصورات النظرية في هذا السياق، وسيتم مناقشة نتائج هذه الدراسة في ضوء الاعتبارات التالية:

- مدى اتساق نتائج الدراسة الحالية أو اختلافها مع نتائج الدراسات السابقة.

- مدى اتفاقها أو تعارضها مع النظريات المفسرة للعصابية والتوجه الذاتي والتخطيط.

مناقشة نتائج الفرض الأول

تشير نتائج الفرض الأول إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في كل من العصابية و التوجه الذاتي والتخطيط ، أي أن الإناث أكثر عصابية وأقل قدرة على التخطيط وأقل توجهًا للذات مقارنة بالذكور، كما أظهرت نتيجة هذا الفرض عدم وجود فروق دالة إحصائيًّا بين الذكور والإناث في كل من بعد العزيمة مقابل الافتقار إلى التوجيه نحو الهدف ، وبعد الدهاء مقابل الجمود وقلة الحيلة،و كذلك عدم وجود فروق دالة إحصائيًّا بين الذكور والإناث في بعد(استراتيجية التنفيذ) بوصفه بعد في التخطيط، ومن ثم نجد أن النتائج المتصلة بهذا الفرض تنقسم إلى أربع فئات نناقشها علي النحو التالي:

وجود فروق بين الذكور والإناث في العصابية في اتجاه الإناث، يمكن القول إن هذه النتيجة تتفق مع نتائج دراسات انتهت إلى أن الاناث أكثر عصابية من الذكور (Costa,Terracciano,Mccraa,2001,Soto, John Gosling, & Potter 2011,Djudiyah,Harding,Sumantri,2016) و(علاء الدين،٢٠٠٥) (وعبدالله ومكي ،٢٠١٤)

في حين جاءت هذه النتيجة متعارضة مع دراسات توصلت إلي عدم وجود فروق بين الجنسين من طلبة الجامعة في العصابية، مثل دراسات(جودة، ٢٠١٢وموسى،٢٠١٧ و الذهبي والسلماني،٢٠١٧،

Klamer, Schwarz, Kruger, Michael, Klaus & Thomas, 2017, Richard, Brent, Damian, Oliver

(Jonkmann & Trautwein .2017, ويعزو الباحث وجود فروق بين الجنسين في العصابية في اتجاه الإناث إلى أن الإناث غالبًا ما يتصفن بسرعة الاستثارة الانفعالية للضغوط الحياتية وهن أكثر تعبيرًا بمظاهر عصابية، مثل: البكاء والصراخ عند مختلف المواقف المحبطة، وتنتابهم مشاعر الكآبة والقلق

بشكل أكبر مقارنة بالذكور وربما يعود ذلك إلى اختلاف الخطوط العريضة للتنشئة الاجتماعية في المجتمع المصري بين الجنسين، مما يؤدي إلى عدم وجود تشابه في إدراك الإناث للمثيرات التي يتعرضن لها وفي كيفية مواجهتها، و يدعم هذه النتيجة تصور جيفري وآخرين (Jeffery,et,al ,2007) والذي يرجع إلى وجود مستوى مرتفع من العصابية لدى الإناث مقارنة بالذكور إلى العوامل البيولوجية وعمليات التنشئة تسمح للأنثى في التعبير عن مشاعرها السلبية كما أن الإناث يواجهن تحولات في أدوارهن الاجتماعية بشكل كبير مقارنة بالذكور.

٢- وجود فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث في التوجه الذاتي بأبعاده (الرضا عن الذات مقابل السعي الذاتي وبعد العادات الطبيعية المنسجمة مقابل العادات السلبية، وبعد المسؤولية مقابل لوم الآخرين، فضلًا عن الدرجة الكلية في اتجاه الذكور ،فإن هذه النتيجة في مجملها تتفق مع دراسة كل من ريختر وتوماس ومارتن (Martin,Thomas&Richter,2003) التي توصلت إلى وجود فروق ذات دلالة في التوجه الذاتي بين الجنسين في اتجاه الذكور.وتتفق أيضًا مع دراسة ديلفكيو وآخرين (Delvecchio,et,al (2016) وانتهت الدراسة ضمن نتائجها إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في التوجه الذاتي في اتجاه الذكور، وتتسق هذه النتيجة مع دراسة كونت وأركار (Cennet&Arkar,2018) التي توصلت إلى أن مستوى التوجه الذاتي أعلي لدى الذكور مقارنة بالإناث.

بينما جاءت هذه النتيجة متعارضة مع دراسة هيدنيوري وآخرين (Hidenori,et,al ,2008) التي كشفت عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التوجه الذاتي بين الجنسين في اتجاه الإناث و مع دراسة زوهار وآخرين (Zohar, et,al,,2018) والتي كشفت عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التوجه الذاتي بين الجنسين من المراهقين في اتجاه الإناث.

ويرجع الباحث هذه النتيجة في مجملها إلى أن الخبرات التي تتعرض

لها معظم الإناث في المجتمع المصري هي –على العموم –أقل من الخبرات التي يتعرض لها الذكور، وذلك كون المجتمع يمنح للذكور حرية أكبر وفرصة للاطلاع والتجارب بالحياة العامة بشكل أكبر من الإناث، وهذا بدوره يمنحهم القدرة على تحديد أهداف لهم بالحياة والقدرة على تحقيق هذه الأهداف من خلال إرادة وكفاءة ذاتية وخبرة، ومن ثم فإن أحكامهم أو توقعاتهم عن قدراتهم لتحقيق الأهداف أو ما يسعون إليه ستكون أعلي بالتأكيد مقارنة بالإناث.

من زاوية أخري، فإن الوضع الذي تعيشه معظم الإناث في المجتمع المصري لا يعطيها الفرصة في الاعتماد على ذاتها والسماح لها بخوض تجارب الحياة في نطاق ضيق جدًّا مقارنة بالذكور ،مما ينعكس سلبًا على مستوى الثقة والقدرة على إدارة حياتهن بل إنهن عندما يتعرض لمشكلات يلقين اللوم على الآخرين.

٣–انتفاء الفروق الدالة إحصائيًّا بين الذكور والإناث في بعد العزيمة مقابل الافتقار إلى التوجيه نحو الهدف وبعد الدهاء مقابل الجمود وقلة الحيلة.

وعلى الرغم من تحقق الفرض الثالث، وما أعطى لنتائجه من تفسيرات منطقية وعلمية، إلا أنه لا يمكن إهمال ما أظهرته نتائج هذا الفرض من عدم وجود فروق جوهرية بين الذكور والإناث في كل من بعد العزيمة مقابل الافتقار إلى التوجيه نحو الهدف وبعد الدهاء مقابل الجمود وقلة الحيلة وجاءت هذه النتيجة متفقة مع دراسة كل من سفن وآخرين (Sven, et,al,2008) التي انتهت ضمن نتائجها إلى عدم وجود فروق دالةإحصائيًّا بين الجنسين في التوجه الذاتي بأبعاده المختلفة.

ويعزو الباحث عدم وجود فروق داله إحصائيًّا بين الذكور والإناث في كل من بعد العزيمة مقابل الافتقار إلى توجيه نحو الهدف وبعد الدهاء مقابل الجمود ،وقلة الحيلة إلى أن الطالب أو الطالبة في المرحلة الجامعية قد وصلا إلى مرحلة معقولة من الإرادة على تحمل المسئوولية وفهم حياته وإرداتها وهم مدركون بأن سبيلهم لحياة أفضل هو الكفاح واستخدام أساليب من

التفكير، كما أن الطلاب والطالبات بالجامعة متساوون تقريبًا فيما يتلقون من معرفة وفهم ،و تشجيع من أعضاء هيئة التدريس بالجامعة وتشجيع السلوكيات الفعالة والأخذ بالعزيمة ويدعم ذلك تطور الدافعية الذاتية للنجاح في الحياة لدى كل من الطالبات والطلاب.

٤-فيما يتعلق بوجود فروق بين الجنسين في التخطيط في اتجاه الذكور، ويمكن أن نعزي هذه النتيجة إلى طبيعة مهارة التخطيط ،التي أشار إليها لوي ولي(Law & Lee,2004) من المهارات المعرفية المكتسبة نتيجة التفاعل المباشر مع الآخرين ، ولعل ذلك يفسر تفوق الذكور على الإناث في التخطيط في المجتمع المصري على نحو خاص، فهذا المجتمع يعطى للذكور الحرية في تبادل الخبرات والاقتداء بالنماذج مما يكسب الذكور القدرة على معالجة المشكلات والموضوعات الحياتية من خلال تخطيطهم لإنجاز المهام.

وجاءت هذه النتيجة متسقة مع دراسة تنزكن (Tsuzukin،2004) التي توصلت إلى أن الذكور لديهم توجه إيجابي نحو المستقبل أكثر من الإناث، و لديهم القدرة على التخطيط للأهداف، كذلك توصلت الدراسات التي تناولت مهارات التفكير ماوراء المعرفة إلى تفوق الذكور علي الإناث في مهارة التخطيط ،مثل دراسات (Crew,2005, Theodosion, Mantis & Papaioannou, 2008, Abdellah,2015)

مناقشة نتائج الفرض الثانى

تشير نتائج الفرض الثاني إلى وجود علاقات ارتباطية سالبة ودالة إحصائيًا بين العصابية، وكل من التخطيط ببعديه، والتوجه الذاتي بأبعاده لدى أفراد العينة الكلية، ولدى كل نوع على حدة ومن ثم نجد أن النتائج المتصلة بهذا الفرض تنقسم إلى ثلاث فئات نناقشها كما يلي:

١-نبدأ بتفسير وجود علاقة سلبية بين العصابية والتوجه الذاتي، و هذه النتيجة تعني أنه كلما زاد توجه الفرد نحو ذاته قلت مظاهر العصابية لديه ، و بعبارة أخرى فإن مرتفعي التوجه الذاتي أقل عصابية من الآخرين وتتفق هذه

النتيجة مع ما تم استخلاصه من الإطار النظري للدراسة الحالية الذى يتعلق بمتغيري العصابية والتوجه الذاتي والعلاقة بينهما، وتتفق هذه النتيجة مع العديد من الدراسات السابقة التي توصلت إلى وجود علاقة بين العصابية، والتوجه الذاتي ومنها مثلًا دراسة دي فريتي وآخرين (De Fruyt, et,al,2000)التي كشفت ضمن نتائجها عن وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيًّا بين التوجه الذاتي والعصابية، و دراسةجارسيا(Garcia,2011) والتي توصلت ضمن نتائجها إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيًّا بين التوجه الذاتي وبعد العصابية و مع دراسة سينج وآخرين (Seung،et,al,2002.) التي توصلت الدراسة إلى وجود ارتباط سالب دال إحصائيًّا بين العصابية والتوجه الذاتي.

ومن جهة ثانية تدعم هذه النتيجة دراسة هاغوب وآخرين (Hagop,et,al,2009) التي توصلت إلى أن انخفاض مستوى التوجه الذاتي يرتبط بانخفاض هرمون السيروتونين ،مما يؤدى إلى ظهور القلق والاكتئاب واليأس والشعور بالذنب والعداء بوصفها مظاهر للعصابية ودراسة كل من سولماذ وآخرين (Solmaz,et,al ,2018) التي انتهت إلى أن التوجه الذاتي المنخفض يسهم في التنبؤ بالقلق والاكتئاب .

وتتسق هذه النتيجة في مجملها مع دراسة نايتو وآخرين(Naito,et,al 2000,) التي كشفت عن وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيًّا بين التوجه الذاتي والقلق والاكتئاب.

كما تتفق مع دراسة هاغوب وأخرين (Hagop ,et, al, 2009) التي انتهت إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين التوجه الذاتي ،وكل من الاكتئاب ،والعدائية ،والقلق، واليأس، والشعور بالذنب وتتسق هذه النتيجة مع دراسة سبتهوس وآخرين (Spittlehouse,et,al ,2010)التي كشفت عن وجود علاقة ارتباطية سلبية بين التوجه الذاتي والاكتئاب كما تتسق مع دراسة موتشكوفيتش وآخرين (Mochcovitch,et,al,2012) النظرية والتي هدفت إلى تحليل ١٣ دراسة ،و كشفت عن وجود اتفاق بين الدراسات علي أن انخفاض التوجه

الذاتي يمثل مؤشرًا دالًّا على الاكتئاب واضطرابات القلق.

وإضافة إلى ماسبق فإن النموذج النفسي الاجتماعي البيولوجي للشخصية لكلونينجر وآخرين (Cloninger,et,al, 1993) يدعم هذه النتيجة إذ إن هذا النموذج يرى التوجه الذاتي في مستويين ، أولهما المستوى المرتفع والذى يمثل جانب إيجابي في الشخصية فيتصف ذوو التوجه الذاتي المرتفع بالعزيمة والكفاءة الذاتية في التعامل مع متطلبات حياتهم، لذلك نجد للتوجه الذاتي المرتفع عندهم مظاهره ونواتجه النفسية الإيجابية عندهم ،فهم لهم أهداف في الحياة ويتصفون بالكفاءة الذاتية، في المقابل يتصف الأفراد ذوو هذا المستوي المنخفض للتوجه الذاتي بضعف العزيمة وقلة الحيلة، وعدم الواقعية في رؤيتهم للحياة وقدراتهم على تحديد وتنفيذ أهداف واقعية لهم في الحياة لذا يمثل هذا المستوى استعدادًا للإصابة بمختلف الاضطرابات النفسية

ويضيف مارتن وآخرون(Martin,et,al ,2003) وفقًا للنموذج النفسي الاجتماعي البيولوجي للشخصية أن "التوجيه الذاتي المرتفع يتمثل في بعض الجوانب، مثل قدرات الاختيارات الحرة وتحمل المسؤولية عن المواقف الخاصة والسلوك، والدافعية الذاتية، لتحديد الأهداف الخاصة على المدى الطويل، والذكاء وقوة الحيلة والفاعلية الذاتية وقبول الذات والشعور بالأمان والثقة بالنفس في المواقف المختلفة.

كما أن هذا النموذج يرى أن انخفاض التوجه الذاتي يقترن ببعض المظاهر التي تعد مظاهر عصابية، مثل عدم القدرة علي تحمل الضغوط وعدم الشعور بالكفاءة الذاتية والقدرة علي تحمل المسؤولية وزيادة الاعتمادية علي الآخرين و انخفاض العزيمة والقدرة علي إدارة الفرد لحياته و تحديد أهداف تتناسب مع القدرة على تنفيذها، فضلًا عن اقتران انخفاض التوجه الذاتي بانخفاض كل من تقدير الذات، واستخدام أساليب مواجهة سلبية للضغوط (Goekoop, Winter&Goekoop,2011).

وبصفة عامة يدعم هذه النتيجة ما ذكره كل من تشناد

(Townshend, 2001) عن الأفراد الذين يسجلون انخفاضًا في التوجيه الذاتي، إذا أشار إلى أنهم ناضجون وغير واثقين في أنفسهم وأكثر سلبية في مواجهة الضغوط، مع عادات غير متناسبة مع أهداف بعيدة المدى.

بالإضافة إلى ما أشار إليه كل من نايلور وبواجي وجيستشن(Naylor, Boag & Gustin, 2017) باعتبار أن التوجه الذاتي المرتفع سمة تزيد من المشاعر الإيجابية والقدرة علي المواجهة الفعالة للضغوط بينما ذوو المستوى المنخفض من التوجه الذاتي، يعانون من صعوبة في تحديد أهداف ذات معنى وانخفاض الدافعية ويعانون من مشكلات في التوافق النفسي والاجتماعي .

٢- أما عن وجود علاقة سالبة دالة احصائيًّا بين التخطيط والعصابية، يمكن القول إن هذه النتيجة جاءت منطقية إذا يعزوها الباحث إلى ما أشار إليه ماكري وكوستا عام ١٩٩٢ عن العصابية بأنها تتضمن الانشغال الدائم والانفعالية والهم والخوف وعدم القدرة على اتخاذ قرار والعجز واليأس مما يجعل تصور الفرد سلبيًّا عن الحاضر والمستقبل ، فمع العصابية تقل قدرة الفرد علي وضع الأهداف الواقعية، سواء أكانت أهدافًا قصيرة المدى أم أهدافًا بعيدة المدى من سلسلة من الخطوات ،تتمثل في جمع المعلومات و مواجهة التحديات وتحويلها إلى خبرات مكتسبة وقوية وخبرات يمكن الرجوع إليها لحل العديد من الأمور المختلفة أو التنبؤ بالأحداث المستقبلية لإمكانية التخطيط لها بشكل جيد، وهذا يفسر الارتباط السلبي بين العصابية والتخطيط

وتتفق النتيجة الحالية مع دراسات سابقة توصلت إلى وجود علاقة سالبة دالة بين العصابية والتخطيط Prenda & Lachman, 2001, Michael, et, al,2005, Sörensen, Duberstein, Chapman, Lyness,. & Pinquart, 2008, Ermis & Icellioglu, 2016,) و قاسم،٢٠١٦ والجهني ،٢٠١٦)، كما أن هذه النتيجة تدعمها نتيجة دراسة سورنس وآخرين (Sörensen,et,al,2008) التي أنتهت إلى أن العصابية بما تشمله من اكتئاب وقلق تؤثر سلبًا في تخطيط الفرد إذ أن التخطيط يحتاج إلى مستويات عليا من الوعي وخاصة في المرحلة

الأولي لعملية التخطيط والتي تحتاج إلى جمع المعلومات وهذا لا يستطيع القيام به مرتفعو العصابية الذين يعانون من التوتر والضيق على نحو عام وخلال هذه الخطوات الأولى لهذه العملية بشكل خاص فهم أقل احتمالًا على جمع المعلومات من أجل وضع خطط ملموسة تهدف إلى تلبية حاجاتهم، كما أن الأمراض العصابية تؤثر سلبًا على قدرة الفرد على التخطيط لما تتطلبه عملية التخطيط من تنظيم وتذكير في المهام وإتمامها بنجاح.

من جهة ثانية يمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء تصور لتيل (Little,2008) الذي يرى أن عامل العصابية يمثل مشاعر سلبية، وخيبة أمل في الحاضر والمستقبل مما تؤدي تلك المشاعر لدى العصابيين إلى عدم القدرة على التخطيط بوضع أهداف لهم في الحياة، كما أن هذه المشاعر تعوق توجه الفرد نحو المستقبل

٣-عن وجود علاقة موجبة دالة احصائيًّا بين التخطيط والتوجه الذاتي، يمكن القول إن هذه النتيجة جاءت متناغمة مع الإطار النظري والدراسات السابقة، كما أن هذه النتيجة منطقية لأن التوجه الذاتي في وصفه يشتمل على المكونات كافة التي ترفع من قدرة الفرد على التخطيط، فالتوجه الذاتي يعد سمة شخصية تشير إلى القدرة على تنظيم وتكييف السلوك مع متطلبات أي موقف ما.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج الدراسات التي جمعت بين مهارة التخطيط وأحد مكونات التوجه الذاتي وهو إدارة الذات، فمثلا دراسة جيرارت (Gerhardt, 2007) التي أظهرت أن تنمية إدارة الذات يؤثر تأثيرًا إيجابيًّا في قدرة الطالب في ممارسة المهارات المتعلقة بالتخطيط اليومي ودراسة كل من بيهر وريبي (Beehr& Raabe 2007) التي كشفت عن وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًّا بين إدارة الذات والتخطيط و دراسة تاسكلار (Tascilar, 2016) التي أظهرت وجود علاقة إيجابية بين إدارة الذات والتخطيط

ومن زاوية أخري يدعم هذه النتيجة تصور كل لي وني وجيو وجونك

واكسو وسوي وهي ومنج وشهين وجي (Liu, Nie, Guo, Gonq, Xiao, Cui, He, Meng. Shen & Wuj, 2017) الذين وصفوا التوجه الذاتي بأنه بعد من أبعاد الشخصية، يسهم في تفسير المدى الذي يرى الفرد ذاته فيه مستقلًّا وفعالًا ومسيطرًا وصاحب رؤية وخطوات واضحة لتحقيق أهدافه.

كذلك يدعم النموذج النفسي الاجتماعي البيولوجي للشخصية وجود علاقة إيجابية بين التخطيط والتوجه الذاتي إذ تصور كلونينجر وآخرون (et, , Cloninger al, 1993) أن الأشخاص ذوو التوجه الذاتي المرتفع ، يتميزون بالعزيمة والكفاءة الذاتية في التعامل مع متطلبات حياتهم فمثلًا يذكر كل من ميشيل وليفير وجازير ومارك(Michel,et,al ,2001)أن عدد من الدراسات أكد دوره الفعال للتوجه الذاتي في مناشط الحياة النفسية، ومنها عملية التخطيط إذ إن مرتفعي التوجه الذاتي أكثر قدرة علي التخطيط.

مناقشة نتائج الفرض االثالث

بينت نتائج هذا الفرض أن التوجه الذاتي قد عدل العلاقة بين العصابية والتخطيط، وهذا يعني أن المستوى المرتفع من التوجه الذاتي يصاحبه انخفاض في مستوى العصابية، وبعبارة أخرى فإن الأشخاص ذوو المستوى المنخفض في التوجه الذاتي يظهرون درجات مرتفعة في العصابية، وهو ما ارتبط لديهم بدرجات منخفضة في التخطيط، أما الاشخاص ذوو المستوى العالي من التوجه الذاتي فقد أظهروا درجات منخفضة في العصابية وهو ما ارتبط لديهم بدرجات مرتفعة في التخطيط

وجاءت هذه النتيجة متسقة مع نتائج الفرض الأول وإذا نظرنا إلى نتيجة هذا الفرض نجدها نوعًا من نتائج الدراسات التي تدعم هذه النتيجة، فالشق الأول يتمثل في الدراسات التي أظهرت وجود علاقة سلبية بين العصابية والتوجه الذاتي والتي تم عرضها عند مناقشة الفرض الأول، كذلك انتهت دراسات سابقة إلى أن انخفاض التوجه الذاتي يتميز به العصابيون فمثلًا جارسيا وآخرون (Garcia, et, al, 2012) التي توصلت إلى أن المراهقين

العصابيين يتصفون بانخفاض التوجه الذاتي.

في حين يتصف المراهقون ذوو المستوى المرتفع في التوجه الذاتي بانخفاض مظاهر السلوك العصابي وكشفت دراسة كل من وينبرجوساندوكسفت (Wennberg & Sundqvist, 2015) عن تميز مرتفعي العصابية بالتوجه الذاتي المنخفض، وتتفق هذه النتيجة أيضًا مع نتائج دراسات سابقة انتهت إلى أن المرضى النفسيين يظهرون مستوى منخفض في التوجه الذاتي مقارنة بالأسوياء (Watson, Gamez, & Simms,2005, Siddiqi, Chockalingam, Cloninger, Lenze & Cristancho,2016)

كما يرى الباحث أنه من المنطقي أن يعدل التوجه الذاتي العلاقة بين العصابية والتخطيط استنادًا إلى ما أشارت إليه نظرية التحفيز لورسش Wrosch وآخرين عام ٢٠١٠ إذ يرون أن التوجه الذاتي يتضمن التحكم الانتقائي الأولي والثانوي و يشير التحكم الانتقائي الأولي إلى الموارد السلوكية مثل : الوقت ، والجهد ، والمهارات ، المثابرة عند متابعة تحقيق الأهداف حتى يتم تحقيقها ويشمل التوجه الذاتي تنظيمًا ذاتيًّا يعزز الالتزام التحفيزي لتحديد الأهداف بشكل خاص ، كما يتضمن التوجه الذاتي القدرة على وضع حلول للتغلب على العقبات غير المتوقعة كافة وتوفير بدائل، من ناحية أخرى ترى نظرية التحفيز أن التوجه الذاتي يشتمل على السيطرة الانتقائية الثانوية من خلال استراتيجيات إيجابية تتم من خلال القبول وموضع الضبط الذاتي والكفاءة الذاتية، وإدارة الحياة ،كما أن التوجيه الذاتي يعزز من قدرة الفرد على الانخراط في أعمال هادفة مما يزيد من المشاعر الإيجابية Garcia, (et,al,2012)

مناقشة عامة : بتعليق عام على نتائج الدراسة الحالية يرى الباحث أن نتائج الدراسة جاءت متناغمة مع بعضها بعضًا وجاءت لتؤكد أن التخطيط مهارة معرفية تشبه الإدراك المجهد الذي ينتج عنه فوائد طويلة الأجل، ولكن ثمة تباين في مهارة التخطيط نتيجة للكثير من العوامل، مثل: الاتزان النفسي

والقدرة على اتخاذ القرار والتحكم الذاتي، والفاعلية الذاتية وقد تنخفض هذه المهارة لدى بعضهم نتيجة لعدم اتزانهم الانفعالي وقدرتهم على ضبط النفس، وصنع القرار العقلاني اللازم للقيام بذلك .

ومن ناحية ثانية فأنه لا يمكن أن نجزم بتبعية ضعف التخطيط للعصابية، فلا يمكن أن نعزو ضعف التخطيط إلى سمة العصابية ، فحقيقة أن ثمة علاقة تربط بينهما ولكنها ليست علاقة (المسبب والمتسبب) عنه فكل من المتغيرين لا يمكن فهمه وتحليله والحكم عليه إلا في الإطار العام للشخصية بما تخضع له من متغيرات تؤثر في نمو ونشأة كل من المفهومين ، ومن هذه المتغيرات التي تركز عليها الدراسة الحالية التوجه الذاتي خاصة أن هذا المتغير وفقًا لما أشار إليه كل من زوكرمان وكلونينجر (Zuckerman, & Cloninger,1996) له تأثير في المتغيرات المعرفية والمزاجية كافة.

في ضوء نتيجة الدراسة أمكن استخلاص عدد من النقاط جديرة بالمناقشة وهى:

١- أن التوجه الذاتي مكون نفسي بالشخصية ينمو ويخضع للتعديل والتوجيه يؤثر ويتأثر بعدد من المتغيرات النفسية والاجتماعية.

٢- التوجه الذاتي يخضع للثنائية القطبية (مستوي مرتفع إيجابي / مستوى منخفض سلبي) ويمكن تناول مفهوم التوجه الذاتي باعتباره سمة من سمات الشخصية توجد لدى الفرد بقدر مناسب بمعنى أن يوجد لدى الفرد في الدرجة

٣- أن التخطيط يمثل توجه نحو المستقبل

توصيات الدراسة وبحوث مستقبلية:

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج الدراسة الحالية فإنه يمكن تقديم مجموعة من التوصيات والبحوث المقترحة.

توصيات الدراسة:

١-العمل على تشبع المقررات الدراسية في مختلف المراحل التعليمية باستراتيجيات تعليمية تصمم خصيصًا لتنمية التوجه الذاتي والقدرة على التخطيط للحياة.

٢-إجراء دورات إرشادية لطلاب الجامعة هدفها تنمية مختلف أبعاد التوجه الذاتي والقدرة على التخطيط. للحياة.

دراسات مستقبلية

بناءً على ما سبق يمكن إجراء الدراسات التالية:

١) دراسة العلاقة بين كل من التخطيط والتوجه الذاتي وبعض المتغيرات الإيجابية ،مثل التفاؤل ،والأمل والرضا ،والسعادة والتوجه نحو المستقبل ومستوى الطموح وتقدير الذات.

٢) دراسة مدى فاعلية برنامج علاجي لتنمية التوجه الذاتي لخفض الاضطرابات العصابية.

٣) دراسة العلاقة بين كل من التخطيط والعصابية والتوجه الذاتي بالمتغيرات الأكاديمية، مثل الأداء الأكاديمي والتوافق الدراسي ودافعية الإنجاز الدراسي.

٤) دراسة مدى فاعلية برنامج علاجي لتنمية مهارات التخطيط.

قائمة المراجع

أبو الحجاج، يوسف (٢٠١٢). **شخصيات إنسانية- الشخصية الذكية العبقرية**. دار الكتاب العربي: دمشق.

الأنصاري، بدر محمد (٢٠٠٢). إعداد صورة عربية لمقياس التوجه نحو الحياة بوصفه مقياسًا للتفاؤل، **مجلة العلوم الاجتماعية**، جامعة الكويت. ٣٠(٤) ، ٧٧٥-٨١٢.

الأنصاري، بدر وسليمان، عبدربه مغازي. (٢٠١٤). نموذج العوامل الخمسة للشخصية لدى الشباب العربي: دراسة مقارنة لدى الكويتيين والمصريين. **مجلة العلوم التربوية والنفسية**. البحرين، ١٥(٤)، ٨٩-٢٠.

بركات، زياد أمين. (٢٠٠٩). سيكولوجية التخطيط للحياة وإدارة الذات وأثر ذلك على الدافعية للإنجاز عند عينة من مدرسي جامعة القدس المفتوحة. **مجلة اتحاد الجامعات العربية**، ٢٥، ٤٧٧- ٥١٤.

جرادات، عبد الكريم وأبو غزال، معاوية. (٢٠١٤). الفروق في العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وفقًا للجنس والحاجة للمعرفة. **مجلة العلوم التربوية والنفسية**، البحرين. ١٥(٣)، ١٢٥-١٥٢.

جرجس، مؤيد إسماعيل (٢٠٠٧) كشف الذات وعلاقتها بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى تدريسي الجامعة والمحامين والصحفيين، **رسالة دكتوارة** (غير منشورة)، كلية التربية ابن رشد -جامعة بغداد.

جلجل، نصرة محمد(٢٠٠٩). **مقياس مهارات ماوراء المعرفة ترجمة وتقنين لمقياس هارولد أونيل وجمال أبيدي**. القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.

جودة، آمال عبد القادر.(٢٠١٢). النرجسية وعلاقتها بالعصابية لدى عينة من طلبة جامعة الأقصى. **مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية**. ٢٠(٢)، ٥٤٩-٥٨٠.

الجهني، عبد الرحمن عيد.(٢٠١٦). علاقة التكيف الأكاديمي بالتفكير ما وراء المعرفي وسمات الشخصية لدى الطلبة السعوديين المبتعثين إلى نيوزلند. **دراسات عربية في علم النفس والتربية**. ٧٣، ٢٥٥- ٢٩٦.

الذهبي، جمال حميد والسليماني، عماد عبد الجبار. (٢٠١٧). الاكتئاب وعلاقته بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى طلبة الجامعة. **دراسات عربية والتربية في علم النفس**.٨٢، ٤١٤-٣٨٣.

الزغبي ، علي محمد (٢٠٠٨) رصد بعض مهارات التفكير ما وراء المعرفية المستخدمة من قبل معلمي الرياضيات وطلبتهم في المرحلة الأساسية العليا في الأردن في أثناء حل المسائل الهندسية. **مجلة جامعة دمشق**. ٢٤، ٢، ٣٣٣-٣٦٣.

زقاوة، أحمد (٢٠١٣). مستوى إدراك الشباب لمهارات إعداد المشروع الشخصي للحياة على ضوء متغير الجنس والمستوى التعليمي. **مؤتمر علم النفس وتحصين الشباب في عصر العولمة، جامعة الامام محمد بن سعود الإسلامية**. ١، ٧١-١٠٦.

الشربيني، منصور، السيد كامل (٢٠١٦). المرونة النفسية والعصابية والشفقة بالذات والأساليب الوجدانية لدى طلاب قسم التربية الخاصة- العلاقات والتدخل. **مجلة التربية الخاصة**. مركز المعلومات التربوية والنفسية والبيئة جامعة الزقازيق، ١٦، ١٦٣-٦١.

صالح، علي عبد الرحيم. (٢٠١٧). **كتاب قراءات معاصرة في علم النفس**. الأردن: دار الرضوان للطباعة والنشر.

عبد الخالق، أحمد محمد (١٩٩١). **استخبار أيزنك للشخصية**. الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.

عبد الخالق، احمد محمد. (٢٠١٦). **علم نفس الشخصية**. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

عبد الخالق (١٩٩٥). **دليل تعليمات قائمة ويلوبي للميل العصابي (الصيغة المعدلة)**، ط٢ . الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.

عبد الله، مسكين و مكي، محمد. (٢٠١٤). الفروق في العصابية لدى معلمي المرحلة الابتدائية في ضوء المتغيرات الديموغرافية، دراسة ميدانية لدى معلمي مقاطعة سم بن علي ٣ بمديرية التربية بولاية غليزان. **دراسات نفسية وتربوية**، ١٣ ،٨٥-١٠٢.

علاء الدين، جهاد محمود. (٢٠٠٥). التحصيل الأكاديمي والعصابية لدى عينة من طلبة الجامعة الهاشمية. **مجلة العلوم الاجتماعية والنفسية**، البحرين، ٦ (٤)، ٦١-٩٥.

قاسم، عبد المريد عبد الجابر (٢٠١٦). دور العوامل الشخصية في التنبؤ بمهارات إعداد المشروع الشخصي للحياة لدى الشباب الجامعي في ضوء النوع والتخصص الدراسي. **مجلة كليةالأداب**. جامعة القاهرة. ٧٦ (٧) ١٨١-٢٧٠.

محمد ، هاشم علي.(٢٠٠٥). دراسة مقارنة بين مستخدمي اليد اليسرى ومستخدمي اليد اليمنى من طلاب كلية التربية بالمنيا في بعض سمات الشخصية والتحصيل الأكاديمي. **مجلة البحث في التربية وعلم النفس – جامعة المنيا** ، ١٩ ،٢ ، ٣٦٨-٣٣١.

موسى ، أميطوش.(٢٠١٧). علاقة التقدم العلمي بالعصابية لدى طلبة الجامعة: دراسة ميدانية. **مجلة جيل العلوم الإنسانية والاجتماعية الجزائر**، ٣٥، ٤٣-٦٠.

Abdel Wahed, W.&Hassen, S.(2017). Prevalence and associated factors of stress, anxiety and depression among medical Fayoum University students. Alexandria . *Journal of Medicine*,53 (1),77-84.

Abdellah,R.(2015). Metacognitive awareness and its relation to academic achievement and teaching performance of pre-service female teachers in Ajman University in UAE. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*,174, 560 – 567.

Aghayousefi,A, Yaghoobian,Z& Matin,A.(2016). The Effectiveness of Meta-Cognitive Skills Training on Improving Critical Thinking Skills in Students with Neuroticism Disorder. *The Caspian Sea Journal***,** 10,(1),4,368-372.

Allan,J&Sniehotta,F.(2013). The Best Laid Plans: Planning Skill Determines the Effectiveness of Action Plans and Implementation Intentions ***Annals of Behavioral Medicine,*** 46, (1), 114-120.

Andrew K. Coates A, & Hetherton.J(2008) Increasing well-being through teaching goal-setting and planning skills: Results of a brief intervention. *Journal of Happiness Studies* 9:185–196.

Azizli,N,Atkinson,B,Baughman,H&Giammarco,S(2015). Relationships between general self-efficacy, planning for the future, and life satisfaction. *Personality and Individual Differences* 82, 58–60.

Barton,H.(2009). . Land use planning and health and well-being. *Land Use Policy* 26S , S115–S123.

Beehr,& T Raabe, B(2007). Action regulation theory and career self-management". *Journal of Vocational Behavior*,.70,(.2) 297-311.

Bertus F.(2015). *Neuroticism & Environments A story about emotional* (in) stability .Publication of this dissertation was supported by the Graduate School for Behavioral and C ognitive Neurosciences, University of Groningen, University Medical Center Groningen

Bruijn ,G, Johannes, B & Frank J. (2009). Neuroticism, conscientiousness and fruit consumption: Exploring mediator and moderator Effects in the theory of planned behavior. *Psychology & Health,24, (9),1051-1069.*

*Cazan,M,Lerardi,E&Jacic,L.(*2017).Facilitatating Self-directed Learning(SDL)and Satisfaction with SDL among pre-university students. *Educational Studies*,43(5),584-599.

Cazana,A, &Schiopcab,A.(2014). Self-directed learning, personality traits and academic achievement. *Social and Behavioral Sciences* 127 , 640 – 644.

Cennet,S&Arkar,H.(2018).Temperament and character dimensions, marital adjustment,and sexual satisfaction in couples with sexual dysfunction.*Tukish Journal Clinical Psychiatry*, 21,231-244.

Cheng, Y,Rielage,Y,&Ramanaiah.(2002) Cloninger's Temperament and Character Inventory and the Neo Five-Factor Inventory**.***Psychological Reports*,90,(3),1059-1063.

Chinneck A, Thompson K, Mahu IT, Davis-MacNevin P, Dobson K,& Stewart SH (2018) Neurotic Personality Traits and Risk for Adverse Alcohol Outcomes: Chained Mediation through Emotional Disorder Symptoms and Drinking to Cope, Substance Use &
Misuse, DOI: 10.1080/10826084.2018.1432647

Cloninger K.M., Garcia D, Lester N., Cloninger C.R. (2017) Self-Directedness. In: Zeigler-Hill V., Shackelford T. (eds), *Encyclopedia of Personality and Individual Differences***.**

Cloninger, C.R, Svrakic, DM & Przybeck,T,R(1993). A psychobiological model of temperament and character. *Archives of General psychiatry*,50,(12):975-990.

Cloninger, CR; Zohar, AH (2011). "Personality and the perception of health and happiness"**.** *Journal of Affective Disorders*. 128 (1–2): 24–32.

Cloninger,C,R,Lee,J& Chae,H.(2015) The association of parental temperament and character on their children's behavior problems. *PeerJournal* 3:e1464;1-11.

Cloninger,C. R., Pryzbeck,T. R., Svrakic,D.M., et al(1994) *TheTemperament and Character Inventory (TCI):* A Guide to its Development and Use.Center for Psychobiology of Personality, St Louis,Missouri

Costa, P.T., Terracciano, A. and McCrae, R. R. (2001). Gender differences in personality traits across culture: robust and supprising findings. *Journal of Personality and Social Psychology*.. 81,.(2),. 322-331.

Crews, T. (2005): *Strategies for Active Learning Classroom, Business Education* Forum. 61,(.1),. 32-43

De Fruyt, F., Van De Wiele, L., Van Heeringen, C. (2000) Cloninger's psychobiological model of temperament and character and the Five Factor Model of personality. *Personality and Individual Differences,* 29, 441–452.

Delvecchio G, Fagnani C A, Ciappolino V, Fabbro F& Brambilla P. (2016).Normative data and effects of age and gender on temperament and character dimensions across the lifespan in

an Italian population: A cross-sectional validation study.*Journal Affective Distorders*,204,83-91.

Devebakan, N., Dogan, O., Ceylan, V., Akin, E., & Kose, S. (2018). Relationship between temperament and character dimensions of personality and burnout and management in healthcare organization workers. *Psychiatry and Clinical Psychopharmacology*, 28(1), 73-79.

Dinica, K., Demenescu, L. R., Lord, A., Krause, A. L., Kaiser, R., Horn, D.,. (2015). Self-directedness and the susceptibility to distraction by saliency**.***Cogn. Emot*. 24, 1–9.

Djudiyah, M. S., Harding, D., & Sumantri, S. (2016). *Gender Differences in Neuroticism on College Students.* In Dalam Asean Conference 2nd Psychology & Humanity (hal. 723–728).

Ermis, E. N., & Icellioglu, S. (2016). Examining the predictive effect of impulsivity levels and personality traits on metacognitive thoughts. Global *Journal of Psychology Research: New Trends and Issues*, 6(4), 202-212.

Fayga,Z,Kamal,A.(2011).Personality traits and the Metacognitive listening Skills of English as a foreign language in Pakistan. *Journal of Behavioral Science*,21,2,59-76.

Fossati,ACloninger,C,Borroni,S,Giarolli&Maffei,C.(2007).Reliability and Validity of the Italian version of Temperament and Character Inventory-Revised in an outpatient Sample. *Comprehensive Psychiatry*,48(4),380-387.

Gallagher, R. P. (2014). National Survey of College Counseling Centers. Retrieved From http:**//www.collegecounseling.org/wp-content/ uploads/ NCCCS 2014_v2.pdf**

Garcia D, Anckarsater,H,Lundstrom,S.(2013).Self_Directedness andCooperativeness,Psychosocial Dysfunction andSuffering in Essence.*The Scientific World Journal*,10, 1-10.

Garcia D, Lundström S, Brändström S, Råstam M, Cloninger CR, Kerekes N. (2013) Temperament and Character in the Child and Adolescent Twin Study in Sweden (CATSS): Comparison to the General Population, and Genetic Structure Analysis. *PLoS One* 8,(8): e70475.

Garcia, D. (2011). Two Models of Personality and Well-Being among Adolescents. *Personality and Individual Differences*, 50, 1208-1212.

Garcia,D Kerekes,N& Archer,T.(2012) A will and a proper way leading to happiness: Self-Directedness Mediates the Effect of Persistence on Positive Affectivity. *Personality and Individual Differences* 53, 1034–1038.

Garcia,D.,Mousavi,F,Rozsa,S,Nilsson,T,Archer,T&Anckarsater,H.(2015). Personality and intelligence: persistence,not self-directedness,Cooperativeness or self-transcendence, is related to twins**.** *Cognitive Abilities*,2167-8359.

Gerhardt, M. (2007). Teaching self - management: The design an implementat of self - management tutorials. *Journal of Education for Business*, 83,(l), 11-18.

Goekoop,R,Winter,D&Coekoop,R(2011). An Increase of the Character Function of Self-Directedness Is Centrally Involved in Symptom Reduction during Remission from Major Depression. *Depression Research and Treatment*,749640,1-8.

HagopS.,A,Lazary,A,Zoltan,Fountoulakis,GandKonstan, (2009).Association of the s allele of the 5-HTTLPR with neuroticism-related traits and temperaments in a psychiatrically healthy population**.** *Eur Arch Psychiatry Clin Neurosci*,259:106–113.

Hallgeir,S&Roy,F.(2018). The Future and the Will: Planning requires self-control, and ego depletion leads to planning. *Journal of Experimental Social Psychology*, 76, 127– 141.

Hansenne,,M,Deihez,M&Cloninger,C,(2005). Psychometric properties of the temperament and character inventory-revised (TCI-R) in a Belgian sample. *Journal of Personality Assessment*,85,7,9-40.

Hidenori, Osamu, Motomu,Yamada, Tochigi, & Kasai,(2008). Gender-Common and -Specific Neuroanatomical Basis of Human Anxiety-Related Personality Traits**.** *Cerebral Cortex January* **,**52, 46-52.

Ibrahim,M&. Abdelreheem,M (2015).Prevalence of anxiety and depression among medical and pharmaceutical students in Alexandria University. Alexandria Journal of Medicine,51,167-173.

Jeffery,M,Sorensen,S.Paul,R&Benjamin,P.(2007). Gender Differences in Neuroticism factor Model personality traits in an elderly cohort. *Personality and Individual Differences* ,43,(6)1594–1603.

Klamer,S,Schwarz,L,Kruger,O,Koch,K,Michael,E,Klaus,K&Thomas, E.(2017). Association between Neuroticism and Emotional Face Processing. *Scientific Reports* **, 7,** (17669), 1598-16017.

Law, K. & Lee, W.. (2004). Retirement planning and retirement satisfaction: The need for a national retirement program and policy in Hong Kong. *Journal of Applied Gerontology***,** 23, 212–233.

Little,R(2008)personal projects and free Traits: Personality and Motivation Reconsidered. *Social and Personality Psychology Compass 2, 3,* 1235–1254.

Liu J, Nie G, Guo W, Gong J, Xiao B, Cui X, He Y, Meng T, Shen Y, Wu J..

MacDonald, D. A., & Holland, D. (2002). Examination of relations between the NEO Personality Inventory-Revised and the Temperament and Character Inventory. *Psychological Reports, 91*(3), 921-930.

Martin,E,Thomas,P&Richter,J.(2003),Depressive mood and personality Temperament and Character among the normal population and depressive inpatents**.** *Personlity and Individual Differences*,35,(40),917-927

Michael,D, Marte,L &Leritz,P.(2005). Leadership skills and the group performance: Situational demands, behavioral requirements, and planning. *The Leadership Quarterly*. 16, (1), 97-120.

Michael,D,Schultz,R&Judy,R(2001). Performance in Planning: Processes, Requirements, and Errors. *Review of General Psycholog***y**,5,(3),213-240.

Michel H , Olivier ,L, Gauthier,A , & Marc ,A.(2001). Belgian Normative Data of the Temperament and Character Inventory. *European Journal of Psychological Assessment*, 17,(1),56-62

Mochcovitch,M,D,Nardi,A,&Cardoso,A.(2012). Temperament and character dimensions and their relationship to major depression and panic disorder**.** *Revista Brasileira de psiquiatria*,34,342-351.

Müller, K., Panksepp, J., and Kiefer, M. (2016). Individual differences in Affective Neuroscience Personality Scale (ANPS) primary emotional traits and depressive tendencies**.** *Compr. Psychiatry* 73, 136–142.

Murphy,B,LDas,J&LDeirdre,B.(1995). Individual differences in cognitive processes of planning: A personality variable? *The Psychological Record; Heidelberg*, 45, .(3),,355-371.

Naglieri, J. A., & Gottling, S. H. (1997). Mathematics instruction and PASS cognitive processes: An intervention study. *Journal of Learning Disabilities*, 30, 513-520.

Naito, M., Kijima, N., Kitamura, T., (2000). Temperament and character inventory (TCI) as predictors of depression among Japanese college students. *Journal of Clining Psycholgy*. 56, 1579–1585.

Naylor,B,Boag,S,Gustin,S.(2017).New evidence for a pain personality?A critical review of the last 120 years of pain and personality**.** *Scandinavian Journal of Pain*,17,(10),58-67.

Nizkodubov,A&Evseeva,A.(2015). Planning and Implementation of the Process Aimed at Teaching English to Adult Learners. Mediterranean *Journal of Social Sciences*,16,(2).643-647.

Park, J., Lu, F.-C., & Hedgcock, W. M. (2017). Relative effects of forward and backward planning on goal pursuit. *Psychological Science*, 28, 1620–1630.

Pekka, J& Erkki,E.(2006). Temperament, character and symptoms of anxiety and depression in the general population.European Psychiatry ,21(6):389-95.

Peter,M.(1999). Implementation Intentions. *American Psychologist*. 54,(7),493-503

Peter,R,Mckenzie,J,Carter,D, Rae,A, Luty,S, Frampton J &, Luty,E., Frampton,A,Mulder,T.(2007). Temperament, character and personality disorders as predictors of response to interpersonal psychotherapy and cognitive behavioral therapy for depression. *Brattish journal of Psychiatry*,1 9 0 , 5 03 - 5 08.

Popa,D.(2015). Personality Aspects Involved In Academic Performance**.** *Journal Plus Education***,**13,(2),244-252.

Prenda, K. M., & Lachman, M. E. (2001). Planning for the future: A life management strategy for increasing control and life satisfaction in adulthood. *Psychology and Aging*, 16, 206–216.

Prosnick, K. P., Evans, W. J., & Farris, J. R. (2003). Development and psychometric properties of scores from the Short Index of SelfDirectedness. *Measurement & Evaluation in Counseling & Development***,** 36(2), 76.

Read, S. J. (1987). Constructing causal scenarios: A knowledge structure approach to causal reasoning. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 288-302.

Reed, M. B., Bruch, M. A., & Haase, R. F. (2004). Five-factor model of personality and career exploration. *Journal of Career Assessment*, 12, 223-238.

Richard,G, Brent,W, Damian, R, Olivsr, L, Jonkmann, K & Trautwein,U.(2017). Whose Storm and Stress" Is It? Parent and Child Reports of Personality Development in the Transition to Early Adolescence. *Journal of Personality*,83,(3) 376-387

Robert ,W& Bandura ,A.(1989)Impact of Conceptions of Ability on Self-Regulatory Mechanisms and Complex Decision Making. *Journal of Personality and Social Psychology*,. 56,. 3.407-415

Rogers, M.E., Creed, P.A., Glendon, A.I. (2008). The role of personality in adolescent career planning and exploration: A social cognitive perspective. *Journal of Vocational Behavio***r**, 73, 132-142.

Schraw, G., & Dennison, R. S. (1994). Assessing metacognitive awareness. *Contemporary Educational Psychology***,** 19(4), 460-475.

Seung,M, Jong,H, Eunjoo, Kelly and Kyoon.(2002).Reliability and Validity of the Korean Version of the Temperament and Character Inventory. *Comprehensive Psychiatry*,43,3,234-246.

Sheldon, K. M, & Elliott, A. J. (1999). Goal striving, need satisfaction and longitudinal well-being: The self-concordance model. *Journal of Personality and Social Psychology, 76, 482–497.*

Sheldon, K. M., Kasser, T., Smith, K., & Share, T. (2002). Personal goals and psychological growth: Testing an intervention to enhance goal-attainment and personality integration. *Journal of Personality***,** 70, 5–31.

Shinobu.,K,Park.,J,Heiwa,Jennifer.,M,Hazel,DCarol,DLoveR&Christopher.,L.(2018). Behavioral Adjustment Moderates the Link

between Neuroticism and Biological Health Risk:A.U.S-Japan Comparison Study. *Personality and Social Psychology Bulletin*,44(6),809-822.

Siddiqi S,, Chockalingam R, Cloninger CR, Lenze EJ& Cristancho P.(2016) Use of the Temperament and Character Inventory to Predict Response to Repetitive Trans cranial Magnetic Stimulation for Major Depression. *Journal of Psychiatric Practica*,22,(3),193-202.

Simons, D. J., & Galotti, K. M. (1992). Everyday planning: An analysis of daily time management. *Bulletin of the Psychonomic Society*, 30, 61-64.

Smith,D,J, Duffy,L,Stewart,M, Muir,W&Blackwood,H(2005).High harm avoidance and low self-directedness in euthymic young adults with recurrent, early-onset depression**.** *Journal of Affective Disorders*,87,(1),83-89.

Sniehotta R, Schwarzer U& Benjamin S.(2005). Action planning and coping planning for long- term lifestyle change: theory and assessment. *European Journal of Social Psychology*,35,(4),565-576.

Snopek,M,Hublova,V,Porubnova,M& Blatng,M.(2012). Psychometric properties of the Temperament and Character Inventory-Revised(TCI-R) in Czech adolescent sample**.** *Comprehensive Psychiatry*,53,(1),71-80.

Solmaz,M,Aker,D, Ezgi Bal,Z,Akin,E&Kose,M.(2017).Temperament and Character Dimensions of personality in patients with Generalized Anxiety Disorder**.** *Journal of Mood Disorders.7*,(1) 10-9.

Sörensen, S., Duberstein, P. R., Chapman, B., Lyness, J. M., & Pinquart, M. (2008). How are personality traits related to preparation for future care needs in older adults?. The Journals of Gerontology Series B: *Psychological Sciences and Social Sciences*, 63(6), P328-P336..

Soto, C. J., John, O. P., Gosling, S.D., and Potter, J. (2011). Age differences in personality traits from 10 to 65: big five domains and facets in a large cross-sectional sample. *Journal of Personality and Social Psychology*.. 100,. 2, 330-348.

Spittlehouse, J.F. Pearson, S.E. Luty, R.T. Mulder, J.D. Carter, J.M. McKenzie, P.R. Joyce (2010) Measures of temperament and

character are differentially impacted on by depression severity. *Journal of Affective* **Disorders**,126,(1-2),140-46.

Stawski, R. S., Hershey, D. A., & Jacobs-Lawson, J. M. (2007). Goal clarity and financial planning activities as determinants of retirement savings contributions. *International Journal of Aging and Human Development*, 64, 13–32.

Stolarski, M., Fieulaine, N., & Zimbardo, P. G. (2018). Putting time in a wider perspective: The past, the present, and the future of time perspective theory. In V. Zeigler-Hill & Todd Shackelford (eds.), *The SAGE Handbook of Personality and Individual Differences* (pp. 592- 628). Thousand Oakes, CA: SAGE.

Sven,B, Sören,S Nylander,O& Richter,J.(2008).The Swedish Version of the temperament and character inventory(TCI).*European Journal of psychological Assessment,*24,(1),14-21.

Švrakić D. M.& Jakovljević M. (2015) Psychometric properties and Factor structure of the Temperament and Character Inventory-Revised TCI-R) in a Croatian psychiatric outpatient sample. *Comprehensive Psychiatry***,** 57.. 177-86..

Tascilar,M.(2016). The relationships between self-regulated learning skills causalattributions and academic success of trainee teachers preparing to teach gifted students. *Educational Research and Reviews*,11,(13),1217-1227.

Theodosiou, A., Mantis, K.,& Papaioannou, A. (2008). Student self-reports of metacognitive activity in physical education classes. Age-group differences and the effect of goal orientations and perceived motivational climate**.** *Educational Research and Review***,** 3 (12), 353-364.

Townshend J T (2001).Attentional bias associated with alcohol cues: differences between heavy and occasional social drinkers. *Psychopharmacology* (Berl). ;157(1):67-74.

Tsuzukin, M. (2004). Longitudinal analysis of future time perspective during transition from junior high school to high school. *Journal of educational psychology*,. 18, (2), , 65-74.

Tuominen,L.(2014). *Neurobiological Correlates of personality Traits: A study on Harm Avoidance and Neuroticis*m**,** SARJA - SER. D OSA - TOM. 1101 Turun Yliopiston JulkaIsuia Annals Universities Turkuenis.

Turel, O., & Gil-Or, O. (2018). Neuroticism magnifies the detrimental association between social media addiction symptoms and wellbeing in women, but not in men: a three-way moderation model. *Psychiatric Quarterly***,** 89(3), 605-619..

Watson, D., Gamez, W., & Simms, L. J. (2005). Basic dimensions of temperament and their relation to anxiety and depression: A symptom-based perspective. *Journal of Research in Personalit***y,** 39(1), 46-66...

Wennberg,P &Sundqvist,K.(2015).Risk Gambling and Personality: Results from a Representative Swedish Sample. *Journal of Gambling Studies,*31,(4),1287-1295.

Zohar,A, Wang,Z,Anokhin&Cloninger,C.(2018). The development of temperament and character during adolescence: the processes and phases of Change. *Development Psychopathol*,29,1-17.

Zuckerman,M & Cloninger,C,R (1996). "Relationships between Cloninger's, Zuckerman's, and Eysenck's dimensions of personality". *Personality and Individual Differences*. 21 (2), 283.