

القيمة التنبؤية للتمكين النفسي بتنظيم الذات لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية

Psychological Empowerment Predictive Value of Self - Regulation among a Sample of High School Students

بحث مقدم ضمن متطلبات الحصول على درجة الدكتوراه في التربية
(تخصص صحة نفسية)

مقدم من الباحثة

جهاد جمال علي حسن

إشراف

أ.م.د. عزة خضري عبد الحميد

أستاذ الصحة النفسية المساعد
كلية التربية - جامعة حلوان

أ.د. أحمد علي بديوي

أستاذ الصحة النفسية
ورئيس قسم الصحة النفسية سابقاً
كلية التربية - جامعة حلوان

مستخلص البحث:

هدف البحث الحالي إلى تحديد نوع واتجاه العلاقة بين التمكين النفسي وتنظيم الذات. وكذلك إمكانية التنبؤ بأداء أفراد عينة البحث على مقياس تنظيم الذات بمعلومية الأداء على مقياس التمكين النفسي. وقد تكونت عينة البحث من (110) طالباً وطالبة من طلاب المرحلة الثانوية بمتوسط عمري (16:18) سنة. وطبقت الباحثة مقياس التمكين النفسي ومقياس تنظيم الذات من إعداد الباحثة. وقد أسفرت النتائج عن أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس التمكين النفسي ودرجاتهم على مقياس تنظيم الذات؛ حيث كانت جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0,01. وكشفت أيضاً أنه يمكن التنبؤ بأداء أفراد عينة البحث على مقياس تنظيم الذات بمعلومية الدرجة على مقياس التمكين النفسي؛ حيث بلغت قيمة $F(224,942)$ ، وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة 0,01.

الكلمات المفتاحية: تنظيم الذات - مرحلة المراهقة- التمكين النفسي.

Abstract

The present research aimed to identify the relationship between psychological empowerment and self-regulation and to verify the predictability of the participants' performance on 'Self- Regulation Scale' by knowing their scores on 'Psychological Empowerment Scale'. The research sample consisted of (110) male and female high school students at the age of (16:18) years. The researcher used 'Psychological Empowerment Scale' and 'Self- Regulation Scale' prepared by the researcher.

The results revealed that there is a positive statistically significant correlation between the participants' scores on 'Psychological Empowerment Scale' and their scores on "Self –Regulation Scale" at the significance level of 0.1. It also showed that the participants' performance on 'Self- Regulation Scale' can be predicted by knowing their score on 'psychological Empowerment Scale' where the value of Q reached (224.942) which is a function value of at the significance level of 0.01

Keywords: Self- Regulation - Adolescence- Psychological Empowerment.

مدخل إلى البحث:

يعتبر مفهوم التمكين النفسي Psychological Empowerment من المفاهيم الحديثة التي ظهرت في مجال الإدارة، وعرفته بأنها العمليات التي يمكن من خلالها اتخاذ القرارات المناسبة ووضعها موضع التنفيذ.

ثم تلاه ظهور مصطلح تمكين المتعلمين Learners' Empowerment ليتضمن الدوافع والإنجازات الأكاديمية؛ فشعور المتعلمين بالتمكين يساعدهم على إكمال مهامهم التعليمية ويجعلهم يشعرون أن مساهماتهم تؤثر في الآخرين وفي البيئة الدراسية. وأعقب ذلك مصطلح التمكين النفسي الذي استخدمه سبريتزر (Spreitzer, 1995) في كتاباته وأبحاثه والذي أشار به إلى تأثير الفرد في الآخرين، حيث لا يتحقق إلا بشعور الفرد بالكفاءة وأن كل ما يبذله ذو قيمة؛ مما يمنح الفرد حرية تقرير المصير أي الاستقلال والسيطرة والسلطة وصنع القرار بحرية ودون قيود. (منال محمود، 2015: 15)

ويرى بعض المختصين في علم النفس أنه لا يمكن تمكين الأفراد ما لم يمكننا أنفسهم بأنفسهم، في حين يرى البعض الآخر أنه يمكن تعزيز وتطوير الشعور بالتمكين النفسي لدى الأفراد، لذا يُعد التمكين النفسي أحد مصطلحات علم النفس الإيجابي الذي يمكن نميته لدى الأفراد في مختلف المجالات (Caswell, 2013: 56)

كما يهتم الأفراد ذوي التمكين النفسي باستخدام إستراتيجيات تنظيم الذات من خلال تنفيذ المهام وتحليل متطلبات المهام وتعريف معايير الأداء الناجح، ووضع مهام لتحقيق أهدافهم، وتوجيه جهودهم بطريقة مناسبة وفعالة، وترتيب جهودهم بما يتناسب مع ما وضعوه من أهداف وما يريه من نتائج.

وعليه، فقد ساد مصطلح التمكين النفسي كاتجاه جديد في البحث في علم النفس وتحديدًا علم النفس الإيجابي الذي يركز على استخدام إستراتيجيات جديدة في العلاج

النفسي كغرس الأمل وتنمية الشعور بالتفاؤل وإضافة خبرات إيجابية لحياة الفرد كالتدقيق النفسي، وكذلك تنمية مهارات الكفاءة الذاتية لديه.

مشكلة البحث:

تتبع مشكلة البحث الحالي من استشعار الباحثة لأهمية التمكين النفسي كمبنىء بقدرة الفرد على تنظيم ذاته خاصة في مرحلة فاصلة من مراحل حياته ألا وهي مرحلة المراهقة التي تعد من أهم المراحل التي يمر بها الإنسان لمدى تأثيرها على شخصيته. فعلى المجتمع الذي يريد التقدم والنهوض، وتغيير واقعه السلبي أن يمتلك رصيلاً من الكفاءات التي تساعده على تحقيق ذلك التقدم. ويعد التمكين النفسي أحد العوامل الدافعية التي تعكس الدور الفعال للفرد داخل المجتمع وذلك لتأثيره على اتجاهات الأفراد في الحياة، وتكوين مدركاتهم نحو دورهم في الحياة، حيث يمتاز الأفراد الذين تتوافر لديهم درجات مرتفعة من التمكين النفسي في بيئاتهم بالأداء المتميز الناتج عن إدراكهم لأهمية دورهم في الحياة، ودرجة ثقتهم بأنفسهم وقدراتهم الذاتية في إنجاز ما يسند إليهم من مهام وهو ما ينعكس بالإيجاب على أدائهم (Chang & Hsieh, 2012: 180-190).

وحسبما يرى كسندر (Casinder) أن التحولات التي أوجدها القرن الواحد والعشرين تشكل تحديات كبيرة في مختلف نواحي الحياة، لذا أصبح من الضرورة الاهتمام بإستراتيجيات التفكير في المستقبل مع ما يستجد من مظاهر وظواهر علمية أحدثتها الثورة العلمية، فأصبح من الضروري اللجوء للتفكير الواعي بالمستقبل كأحد أهم إستراتيجيات التعامل والتفاعل مع الواقع والمستجدات، وبالتالي فإن قدرة المراهقين على البدء في مهارات التمكين النفسي يساهم في بناء قدرتهم على التفكير بأهدافهم المستقبلية وتحقيق ذاتهم على نحو أكثر عمقاً وتأثيراً.

وبما أن مرحلة المراهقة تعد من المراحل ذات التأثير الكبير في حياة الفرد فسيتناولها هذا البحث بالدراسة حيث سيدرس العلاقة بين التمكين النفسي وعلاقته بتنظيم الذات ودورها في مرحلة المراهقة فهي مرحلة مهمة لدى الشباب والبنات بشكل عام وتعتبر الاختبار الأول الذي تقدمه الحياة للإنسان فمستقبل الإنسان وحضارة الأمم تعتمد على هذه الفترة بشكل كبير. وتشير المراهقة في اللغة العربية إلى الاقتراب من الشيء، أما في

علم النفس فتعرف بأنها اقتراب الإنسان من مرحلة النضوج العقلي والفكري والجسدي والاجتماعي، وتشكل الأحداث التي تمر على الإنسان وما يأتي فيها من تقلبات في الحياة طريقه للوصول إلى مرحلة النضوج المتكامل.

وهذا ما اتفق مع دراسة أسماء فتحي (2018) التي هدفت إلى اختبار نموذج للتأثيرات المباشرة وغير المباشرة لمتغيرات التمكين النفسي والشفقة بالذات والمثابرة الأكاديمية على طلاب المرحلة الثانوية، وبلغت عينة الدراسة الأساسية (226) طالباً بالمرحلة الثانوية بمتوسط عمري (16،65) وانحراف معياري (0،67). وتكونت أدوات الدراسة من مقياس التمكين النفسي، مقياس الشفقة بالذات، مقياس المثابرة الأكاديمية. وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود تأثير مباشر للتمكين النفسي في الشفقة بالذات، ووجود تأثير مباشر للشفقة بالذات في المثابرة الأكاديمية، كما وجد تأثير غير مباشر للتمكين النفسي في المثابرة الأكاديمية عبر المتغير الوسيط الشفقة بالذات.

لذلك تركز مشكلة البحث في الإجابة عن السؤال الرئيس التالي:

1. إلى أي مدى يمكن التنبؤ بدرجات الطلاب على متغير التمكين النفسي بمعلومية الدرجة على مقياس تنظيم الذات؟

ومن هذا السؤال تتفرع عدة أسئلة:

1. ما طبيعة العلاقة بين كل من التمكين النفسي وتنظيم الذات طبقاً لدرجات الطلاب على المقياسين؟

2. ما مدى إمكانية التنبؤ بأداء أفراد عينة البحث على مقياس تنظيم الذات بمعلومية الأداء على مقياس التمكين النفسي؟

كما هدف البحث الحالي إلى:

1- الكشف عن العلاقة بين كل من التمكين النفسي وتنظيم الذات.

2- ومعرفة إمكانية التنبؤ بأداء أفراد عينة البحث على مقياس تنظيم الذات بمعلومية الأداء على مقياس التمكين النفسي.

أهمية البحث:

أولاً: الأهمية النظرية:

1. أهمية المرحلة العمرية موضع الدراسة - وهي مرحلة المراهقة - حيث تعد من المراحل الهامة التي تمثل نقطة التحول في حياة الفرد.
2. ندرة الدراسات العربية - في حدود علم الباحثة - التي تناولت العلاقة بين التمكين النفسي وتنظيم الذات.
3. المساهمة في إلقاء الضوء على متغير التمكين النفسي، لما له من أهمية في تحقيق الفرد لأهدافه ومساعدته على الاستفادة من إمكانياته وقدراته.

ثانياً: الأهمية التطبيقية:

1. إعداد الباحثة مقياسي التمكين النفسي، وتنظيم الذات وهو ما يسهم بدوره في التوسع في دراسة التمكين النفسي، وأيضاً مقياس تنظيم الذات مما يسهم في إثراء بيئة القياس النفسي.
2. تقديم بعض المقترحات التربوية التي قد تساعد الباحثين على إعداد بحوث ميدانية أخرى.

مصطلحات البحث:

1. التمكين النفسي Psychological Empowerment

يُعرف التمكين النفسي في قاموس (APA 2007: 328) بأنه "تعزيز المهارات والمعارف والثقة الضرورية لكي يتحكم الشخص في حياته ويوجهها الوجهة الصحيحة"، ويعرفه (Marques، 2005: 1043- 1054) على أنه العملية التي يحصل الشخص بمقتضاها على الفرص والمساندة اللازمة لمساعدته في تحقيق الضبط والسيطرة على مجريات حياته والقيام بالأفعال التي من شأنها أن تحقق له أهدافه"، كما يشير إليه (Hickman، 2011) بأنه "الإحساس الشخصي بالقدرة والكفاءة لاتخاذ القرارات بشأن الخيارات المتاحة، والتصرف بمقتضاها فيما يتعلق بحياة الفرد الشخصية"، وهو

أيضاً يشير إلى ” إدراك الفرد أنه يمتلك المعرفة والقدرة والكفاءة ليكون عضواً فعالاً في حياته وفي المجتمع (Perry،2013).

2. تنظيم الذات Self- Regulation

يعد مفهوم تنظيم الذات من المفاهيم المهمة في مجال علم النفس، فهو يشير إلى تعديل الفرد لسلوكياته لتحقيق أهداف معينة، ويعد Zimmerman من أوائل الباحثين الذين تناولوا هذا المفهوم. يُعرف زيمرمان (Zimmerman، 2000) تنظيم الذات على أنه المشاعر والأفكار والإجراءات التي يتم التخطيط لها وتكييفها لتحقيق أهداف شخصية.

ويشمل تنظيم الذات: تحديد أهداف التعلم، التركيز على التعليم، استخدام إستراتيجيات فعالة لتنظيم الأفكار، استخدام الموارد على نحو فعال، رصد الأداء، إدارة الوقت بفعالية، عقد المعتقدات الإيجابية حول قدرات الفرد.

كما يعرف تنظيم الذات بأنه العملية التي يتم بواسطتها إعداد ووضع الأهداف المستقبلية ومحاولة المراقبة والتنظيم، والتحكم في المعرفة والدافعية والسلوك المتعلق بهذه الأهداف. (Schunk، D.، 2005)

و يعرفه أيضاً (Vancouver، J.&Day، D.، 2005) بأنه عبارة عن مكونات معرفية ووجدانية ودافعية وسلوكية تمد الفرد بقدرات على ضبط أفعاله لتحقيق الأهداف المنشودة. أي أن تنظيم الذات هو العملية التي يتم من خلالها وضع الأهداف ومراقبة تنفيذها والتحكم فيما يعيق هذه الأهداف.

ووفقاً للنظرية الاجتماعية المعرفية Social Cognitive Theory فإن تنظيم الذات هو: مصدر إدراك الفرد للقوى الشخصية، إضافة إلى المهارة السلوكية التي تظهر في التحكم الذاتي في التغيرات التي تطرأ على البيئة المحيطة (Zimmerman، B.، 1989). أي أن تنظيم الذات يشتمل على ثلاث عمليات: شخصية وسلوكية وبيئية؛ فهو محصلة تفاعل لهذه العمليات الثلاثة، فالعمليات الشخصية تشمل تنظيم الذات المتمثل في الملاحظة الذاتية ومحاولة الاستفادة منها لما سيتعلمه الفرد، والعمليات

السلوكية تشير إلى المراقبة والتوفيق بين الحالات المعرفية والانفعالية للفرد كعمليات التذكر والتفكير، أما العمليات البيئية فتشير إلى التوافق مع الظروف الخارجية المحيطة بالفرد. ويعرفه (بكر محمد، 2016: 11) بأنه ضبط الانفعالات وتأخير الإشباع وتهيئة القدرات، ومرونة التخطيط والتنفيذ المبني على تقييم الوضع الحالي للانتقال للحالة الهدف.

3. مرحلة المراهقة:

المراهقة هي الانتقال من الطفولة إلى الشباب، والمصطلح في اللغة العربية مصدر لفعل (راهق)، وراهق الغلام فهو (مراهق) أي قارب الاحتلام. ويقال أيضاً (راهق الغلام) أي قارب الحلم. فالمراهقة إذن هي المرحلة التي يعبرها الطفل كي ينتقل من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الشباب ليصير راشداً ناضجاً، سواء كان رجلاً أو امرأة. وتمتد هذه المرحلة طوال العقد الثاني تقريباً من عمر الفرد، فهي تبدأ بحدوث البلوغ الجنسي، وتنتهي بالوصول إلى سن الشباب (علاء كفاقي، 1997: 414). وتعرف المراهقة كذلك بأنها تبدأ جسدياً بعملية البلوغ والتي تمتاز بتغيرات هرمونية وتكون تلك التغيرات سريعة وقد تحدث ارتباكاً للمراهق. (محمود حمودة، 1991: 37)

الإطار النظري:

أولاً: التمكين النفسي Psychological Empowerment

يعرف كليري وزيمرمان (Cleary & Zimmerman، 2004) التمكين النفسي بأنه ينتج من تعلم الأفراد كيف يستخدمون مهاراتهم في التأثير في أحداث الحياة بحيث يصبحون أكثر سيطرة وتحكم وإتقان. ويرى Tenland أن التمكين على أنه تغيير داخلي أو خارجي للفرد ينتج عن زيادة تحكم الفرد في نوعية حياته، وهذه الزيادة إما أن تكون في الصحة النفسية (على سبيل المثال الثقة بالنفس، التقدير الذاتي، الكفاءة الذاتية، التحكم الذاتي) أو من خلال المعرفة (كمعرفة الذات، تطوير المهارات، الكفاءة) أو من خلال الحرية سواء كانت سلبية أو إيجابية (Tenland، 2007: 90). ويقصد بالتمكين تصور الفرد عن كفاءته الشخصية ومدى اعتقاده بتحقيق أهدافه من خلال الكفاءة، كما

تتضمن أيضاً العوامل التي تعوق أو تعزز جهود الفرد لتحقيق أهدافه. وتساعد برامج التمكين بوصفها وسيلة فعالة لتزويد الأفراد بفرص لتطوير الكفاءات وبناء شبكات من التواصل الاجتماعي من خلال مشاركات ذات مغزى، ويعد التمكين بناء متعدد الأبعاد يتألف من مكونات شخصية، وانفعالية وتفاعلية، وهو بمثابة الحافز للأداء والسلوك الشخصي (Shellmman، 2009: 8).

وتعرّف (منال مصطفى، 2015: 21-22) التمكين النفسي بأنه ”شعور الفرد أن سلوكه مؤثر في الآخرين، وأن ما يبذله من وقت وجهد في العمل يعتبر ذا قيمة وفائدة، وإيماناً بقدرته على أداء العمل المتوقع منه بمهارة وإتقان، وممارسة الفرد السيطرة على الأساليب المستخدمة لأداء أنشطة العمل وامتلاكه الاستقلال الكافي، مما يمنحه السلطة باتخاذ القرارات وحرية التصرف فيما يؤديه من أعمال دون قيد أو شرط.

وتعرفه الباحثة بأنه: حالة نفسية إيجابية متمثلة في الشعور الداخلي بسيطرة الفرد على أفكاره ومشاعره وخلق توقعات تفاؤلية لمستقبله نابعة من سعيه المستمر لإيجاد معنى لحياته، وشعوره بحرية إرادته مما ينعكس بالإيجاب على فاعليته الذاتيه وإدارته لجميع شؤون حياته على نحو أفضل».

ويعرّف إجرائياً: بأنه الدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس التمكين النفسي.

نماذج التمكين النفسي:

1. نموذج سبرايتزر (Spreitzer، 1995)) للتمكين النفسي: ينظر سبرايتزر إلى مفهوم التمكين النفسي على أنه بنية دافعية متعددة الأبعاد حيث يرى أن التمكين النفسي يتضمن أربعة أبعاد هي الشعور بالتأثير والقيمة والكفاءة وتقرير المصير.

أ. يقصد بالتأثير Impact: إلى أي درجة يمكن أن تؤثر سلوكيات الفرد في العمل، وإلى أي درجة يشعر الفرد أن سلوكه مؤثر في عمله، وأنه قادر على إحداث فرق في ما يقوم به من عمل داخل المؤسسة.

ب. يقصد بالمعنى Meaning: الملاءمة بين احتياجات دور الفرد في العمل ومعتقدات وقيم وسلوكيات الفرد، وبعبارة أخرى هي شعور الأفراد أن ما يبذلونه

من وقت وجهه في العمل يعتبر ذا قيمة وفائدة وأن بيئة العمل تقدر ما يبذلونه من وقت وجهه.

ج. الكفاءة Competence: فهي إيمان بقدرة المرء على أداء العمل المتوقع منه بمهارة وإتقان. وهو يعبر عن شعور الشخص بالتفوق الشخصي وأنه ينمو ويتعلم لمواجهة تحديات جديدة، فإذا فقد الفرد الشعور بالثقة في قدراته وانخفض شعوره بالكفاءة الذاتية فإنه سوف يفشل في مواجهة مخاوفه من الفشل، وسيضعف هذا شعوره بالتمكين، في حين أن الشعور بالقدرة والكفاءة العالية يشجع الفرد على القيام بمزيد من المحاولات لإتقان المهام التي يؤديها ويزيد من استعداده لبذل المزيد من الجهد والمثابرة لمواجهة العقبات التي تواجهه.

د. تقرير المصير Self – Determination: فيعني ممارسة السيطرة على الأساليب المستخدمة لأداء أنشطة العمل، وتحديد جدول زمني لأدائها وتحديد المعايير المستخدمة في الحكم على الأداء، بمعنى أن يمتلك الفرد الاستقلال الكافي لتحديد متى يبدأ المهمة ومتى ينهيها ويمنح السلطة باتخاذ القرارات وحرية التصرف فيما يؤديه من أعمال دون قيد أو شرط، أما شعور الفرد بأنه فقط يتبع تعليمات الآخرين وينفذ قراراتهم فهذا يحد من شعوره بالتمكين النفسي ويقيد استقلاله ولا يمنحه فرصة اتخاذ القرار.

هذه العوامل الأربعة تعكس درجة شعور الأفراد بالتمكين أثناء أداء مهامهم ومدى مشاركتهم بفاعلية في مواجهة المشكلات وإحساسهم بالمسؤولية والقدرة على التغلب على هذه المشاكل، مما يعزز شعورهم بقيمة عملهم ويزيد من رضاهم ويسهم في رفع الإنتاجية والنجاح.

2. نموذج كليري وزيمرمان (Cleary & Zimmerman، 2004) للتمكين النفسي ثلاثي الأبعاد: يقدم زيمرمان تصوراً نظرياً للتمكين النفسي يتفق مع نتائج العديد من الدراسات السابقة التي تناولت هذا المفهوم خلال التسعينيات يتضمن عدة متغيرات هي (الإحساس بالدافع للسيطرة، وصنع القرار، ومهارات حل المشكلة والوعي الناقد بالبيئة الاجتماعية، السياسية، وسلوكيات المشاركة). هذا النموذج ثلاثي الأبعاد للتمكين النفسي يتضمن مكوناً بين شخصي ومكوناً اجتماعياً تفاعلياً ومكوناً سلوكياً للتمكين النفسي.

المكون الأول للتمكين النفسي البين شخصي Intrapersonal Component: يشير إلى تصورات الفرد عن نفسه ويتضمن التحكم الخاص بالمجالات الإدراكية والفاعلية الذاتية والدافع إلى السيطرة وإدراك الفرد لكفاءته وقدرته على التحكم والإتقان في مجال معين، وشعوره بالتأثير والنفوذ في المجال سواء كان في الأسرة أم العمل، فمن المرجح أن الأفراد الذين لا يؤمنون أن لديهم القدرة على تحقيق الأهداف لا يعرفون ما عليهم عمله وما يلزم القيام به لتحقيق هذه الأهداف وبالتالي يشعرون بالعجز والعزلة ونقص الكفاءة.

المكون الثاني للتمكين النفسي هو المكون الاجتماعي التفاعلي Interaction- al Component: يشير إلى فهم الناس للتمكين والقضايا الاجتماعية - السياسية، فالناس يدركون الخيارات السلوكية التي يعتقدون أن بإمكانهم تحقيقها، وعلى هذا يتعلم الأفراد اختيار سلوكياتهم في سياق معين ليمارسوا السيطرة على البيئة الخاصة بهم. والتمكين النفسي هنا يتأثر بفهم القواعد والقيم التعاونية لاتخاذ القرارات والالتزام بالمصالح الجماعية والدعم المتبادل والوعي النقدي للبيئة المحيطة، ويشير الوعي النقدي للبيئة المحيطة إلى فهم الموارد اللازمة لتحقيق الهدف المنشود وكيفية الحصول على تلك الموارد وإدارتها بما يشعر الفرد بالسيطرة على عوامل البيئة المحيطة سواء كانت هذه العوامل (أفراداً - أحداثاً - هياكل تنظيمية) وتقدير من هذه العوامل يعزز أو يعوق جهود الفرد لممارسة التحكم في البيئة الاجتماعية السياسية، ويشمل هذا المكون من التمكين مهارات حل المشكلات واتخاذ القرار ومهارات القيادة مثل هذه المهارات تمكن الأفراد من السيطرة على الأحداث في حياتهم وتقودهم ليصبحوا أكثر مناصرة لأنفسهم. هذا المكون التفاعلي من التمكين يمثل الجسر التحكم المتصور (المكون الأول) اتخاذ الإجراءات لفرض السيطرة على الأحداث (المكون الثاني) من خلال السلوكيات اللازمة للتأثير في النتائج.

المكون الثالث للتمكين النفسي: المكون السلوكي Behavioral Component: يشير إلى الإجراءات التي تتخذ للتأثير مباشرة في النتائج مثل (إيجاد عمل والاستقلال والنجاح) هذه السلوكيات تتضمن إدارة الضغوط والتكيف مع التغيير.

3. نموذج جوردون وتورنير (Gordon & Turner، 2004): يتضمن التمكين النفسي في هذا النموذج ثلاثة أبعاد هي: الشعور القوي والإيجابي بالذات - بناء المعرفة والقدرة على الفهم النقدي للحقائق الاجتماعية - توظيف الموارد والمهارات بشكل أكثر كفاءة لتحقيق الأهداف الاجتماعية والشخصية.

ويمكن تقوية التمكين من خلال تنمية الدوافع والراحة النفسية وحل المشكلات والتوجيه الذاتي واتخاذ القرار، فتتمية هذه القدرات لدى الطلاب يعزز من ثقتهم في أنفسهم ويزيد من تمكينهم الأكاديمي ويساعدهم في تحقيق النجاح الأكاديمي، وتشير الدوافع إلى العمليات السلوكية الواعية واللا واعية التي تنمو من خلال الحوافز والمكافآت والعوامل الخارجية مثل (الدعم الاجتماعي) مما يعزز أمل الفرد في الوصول إلى أهدافه.

ثانياً: تنظيم الذات Self - Regulation: يعرف زيمرمان (Zimmerman، 2002:p64) تنظيم الذات بأنه "عملية توليد ذاتي للأفكار، والمشاعر، والأفعال، والإجراءات التي يتم توافيقها لتحقيق الأهداف بشكل دوري ومتتابع". كذلك يعرف تنظيم الذات بأنه "مكونات متعددة ومتكررة، وعمليات توجيه ذاتي تستهدف إدراك ووجدان وأفعال الشخص، فضلاً عن خصائص البيئة التي تلعب دوراً مهماً في تشكيل أهداف الشخص وتحقيقها (Bryant، 2006: p59). وعرف ماجار Magar وفيليبس Philips وهوسي Hosie تنظيم الذات بأنه: قدرة الفرد على التحكم في الانفعالات والدوافع والرغبات وتعديلها والتفاعل معها. ويمكن تقسيمها إلى فئتين فرعيتين هما: تنظيم الانفعالات وهي تتعلق بالسيطرة على المشاعر والعواطف والانفعالات وقيادتها، وتنظيم المعرفة وهي تتعلق بالسيطرة على الأفكار والسلوك المسؤول عن التخطيط وتنفيذ السلوك (Mager، Philips&Horsie، 2008). ويعرفه (بكر سعيد، 2012) على أنه ضبط الانفعالات وتأخير الإشباع وتهيئة القدرات، ومرونة التخطيط والتنفيذ المبني على تقييم الوضع الحالي للانتقال للحالة الهدف.

ووفقاً للنظرية الاجتماعية المعرفية Social Cognitive Theory فإن تنظيم الذات هو: مصدر إدراك الفرد للقوى الشخصية إضافة إلى المهارة السلوكية التي تظهر في التحكم الذاتي في التغيرات التي تطرأ على البيئة المحيطة. أي أن تنظيم الذات يشمل على ثلاث عمليات: شخصية وسلوكية وبيئية، فهو محصلة تفاعل لهذه العمليات الثلاث، فالعمليات الشخصية تشمل تنظيم الذات المتمثل في الملاحظة الذاتية ومحاولة الاستفادة منها لما سيتعلمه الفرد، والعمليات السلوكية تشير إلى المراقبة والتوفيق بين الحالات المعرفية والانفعالية للفرد كعمليات التذكر والتفكير، أما العمليات البيئية فتشير إلى التوافق مع الظروف الخارجية المحيطة بالفرد. (حسن سعد، 2016: 160-161) وتعرفه الباحثة بأنه: القدرة على استخدام المهارات المتمثلة في (التخطيط - تنظيم الوقت - السيطرة على المشتتات) من أجل تحقيق الأهداف والتحكم في السلوك. ويعرّف إجرائياً بأنه: الدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس تنظيم الذات.

النظريات المفسرة لتنظيم الذات:

أ. النظرية المعرفية لتنظيم الذات: افترض ديفيل Duvel وويكلاند Wicland أن قيام الفرد بتركيز انتباهه على الذات يدفعه إلى مقارنة سلوكه الحالي بمعياري أو محك مثالي لا يتطابق تماماً مع سلوكه الحالي أو الفعلي فيتولد لدى الفرد الرغبة في تقريب الذات من محكاتها أو معاييرها المثالية. ونفترض أيضاً أن التركيز المستمر على جوانب القصور في الذات كالسلوكيات الخاطئة، أو الأداء الضعيف، أو الأفعال غير المقبولة اجتماعياً ومقارنتها بمعايير أو محكات الأداء المثالي يولد لدى الفرد الشعور بانخفاض فاعلية الذات، وما يصاحبه من انفعالات سلبية، فيجعل نتائج الوعي بالذات غير مرضية للفرد فيسعى إلى الهروب منه أو خفضه بطرق سلبية كاللجوء إلى الاعتماد على المواد النفسية. وسنعرض فيما يلي بعض النماذج التي تندرج ضمن النماذج المعرفية التي تفسر تنظيم الذات وهي كالتالي:

- نموذج التعلم الاجتماعي: تأسس على يد بندوره Bandura، وتفترض أن البيئة المحيطة بالفرد تسهم في تشكيل هذا الفرد بالإضافة إلى ذلك هناك ثلاث أنماط

من العلاقات الأولية أو الأساسية للفرد من شأنها أن تؤثر وتتأثر بتطور عملية تنظيم الذات للفرد وهذه العلاقات هي: العلاقة بين الوالدين والفرد، والعلاقة بين الأقران، والعلاقة العاطفية مع الشريك. كما تفترض نظرية التعلم الاجتماعي وجود علاقة ثنائية الاتجاه بين القدرة على تنظيم الذات والعلاقات الاجتماعية لدى الفرد، حيث تتأثر قدرة تنظيم الذات لدى المراهق بعلاقاته الاجتماعية ومدى جودتها وتأثر فيها، فالمستويات المنخفضة من تنظيم الذات لدى الفرد تؤثر على علاقاته الاجتماعية بالسلب. كذلك الحال بالنسبة لجودة أو كفاءة العلاقات الاجتماعية لدى الفرد فإنها تسهم في تطور القدرة على تنظيم الذات وزيادة كفاءتها لديه. وتأثر جودة أو كفاءة العلاقة مع الوالدين على وجه الخصوص في تطور وارتقاء الأفراد فهي تعتبر واحدة من أهم العلاقات التي تسهم في تطوير الذات لديه. وقد تم وضع مجموعة من الخصائص التي يجب أن تتوفر في العلاقات الاجتماعية ذات الجودة أو الكفاءة العالية وهي كالتالي: أن تكون هذه العلاقة داعمة وينخفض معها أو تقل فيها مستوى التفاعلات السلبية، وأن تتميز بتقديم الرعاية والاهتمام، ويعبر كل فرد من أفراد العلاقة عن شعوره بالرضا عن هذه العلاقة. في المقابل تفتقر العلاقة ذات الجودة المنخفضة إلى الخصائص السابقة داخل سياق العلاقة. (Farley، Kim- Spoon، 2014)

• نموذج كافر وسكاير في تنظيم الذات: افترض كافر Caver وسكاير Scheier أن تنظيم الذات يبدأ من عملية الوعي بالذات يمكن الفرد من إدراك ما يريده في علاقته ببقية عناصر البيئة المحيطة به؛ وذلك من أجل تحقيق الأهداف الشخصية. إن تركيز الانتباه على الذات الذي يلي أو يعقب خبرات الفشل التي يواجهها الفرد هي تعتبر توجه معرفي يثير لدى الفرد الشعور بعدم الارتياح؛ فعندما يواجه الأفراد انتباههم لأنفسهم يصبحون أكثر معرفة ووعي بأحوالهم الداخلية، وبالمعايير السلوكية الأساسية التي تم تحديدها وفقاً للتصورات النمطية للاستجابات الصحيحة في المواقف السابقة والتي تستخدم كهدايات أو محركات لتقييم السلوك الحالي. (عوض حسانين عوض، 2016: 26-28)

- نموذج الحفز السلوكية: تركز هذه النظرية على عمليات الإرادة في تحفيز وتوجيه السلوك لإنجاز أهداف الفرد. وكذلك تتناول كيفية وضع الأهداف وتستمر إلى متابعة هذه الأهداف وقياس مدى تحقق التغيير السلوكي المطلوب، وقد قدم كل من وينستين Weinstein وبروشاسكا Prochaska وكليمنت Clement عدد من النماذج التي اهتمت بتفسير مراحل تغيير السلوك بداية من وعي الفرد بمشكلاته إلى الشروع في إتخاذ القرار بشأنها، ومروراً بالوعي الذاتي وإصدار السلوك، ثم التقدم والنجاح في حل المشكلة ثم الحفاظ على هذا النجاح وتجنب الانتكاسة. (السعيد عبد الصالحين محمد، 2008: -530 531)

دراسات سابقة:

أولاً: المحور الأول: التمكين النفسي:

- هدفت دراسة جارنر (Garner، 2001) بعنوان «التمكين في ميدان العمل الاجتماعي: دراسة الجوانب الثلاثة للتمكين في عملية التعليم للطلاب في مجال العمل الاجتماعي»- إلى التحقق من أثر العوامل التي تؤثر في تصور الطلاب لمجال العمل الاجتماعي أثناء فترة التدريب الميداني. شارك في الدراسة (204) طالباً طبقت عليهم استبانة لقياس عوامل التمكين. وقد أشارت نتائج الدراسة إلى أن ظروف البيئة الصفية كانت من أكثر العوامل نفوذاً لتمكين الاختصاصي الاجتماعي في التدريب الميدان، كما كان من ضمن العوامل المؤثرة سلوك القيادة والعدالة لدى مشرف التدريب الميداني، وكشفت نتائج الدراسة عن وجود علاقة بين تصورات الطلاب للبيئة الصفية العادلة والتمكين النفسي.
- كما قام «ديسكون» (Dickson، 2009) ببحث هدف إلى التعرف على العلاقة بين كل من التمكين النفسي والرضا الوظيفي لدى عينة مكونة من (1500) طالباً جامعياً من العاملين أثناء الدراسة ويمتد أعمارهم من (18 - 30) عاماً بواقع (62% من الإناث و 38% من الذكور)، وطبق عليهم مقياسين (مقياس التمكين النفسي لسبرتسر، 1995)، و(مقياس الرضا الوظيفي ل Wormely، 1990)، وأظهرت

نتائج البحث أن كلا من بعدي المعنى والتأثير كأحد أبعاد التمكين النفسي يرتبطان إيجابياً بالرضا الوظيفي، في حين أن بعدي التقرير الذاتي والكفاءة لا يرتبطان إيجابياً بالرضا الوظيفي.

- كما هدفت دراسة منال محمود (2015) إلى استكشاف العلاقة بين التمكين النفسي وكل من مناصرة الذات وتصورات الطالبات للفصول الدراسية العادلة لدى طالبات الجامعة عينة الدراسة، كما هدفت إلى تحديد إسهام كل من مناصرة الذات وتصورات الطالبات للفصول الدراسية العادلة في التنبؤ بالتمكين النفسي لدى طالبات الجامعة، واستكشاف أي متغير مستقل أقوى في القدرة على التنبؤ بالتمكين النفسي لدى طالبات الجامعة. وتم استخدام المنهج الوصفي، وتحديد الأسلوب الارتباطي التنبؤي، من أجل إلقاء الضوء على نمط العلاقة بين متغيرات الدراسة، والتنبؤ بالعلاقة بينهما. وتكونت عينة الدراسة من (184) طالبة من كلية التربية جامعة حائل بالمملكة العربية السعودية. واستخدمت الدراسة مقياس التمكين النفسي (إعداد الباحثين)، ومقياس هاريس (Harris، 2009) لقياس مناصرة الذات (تعريب الباحثين)، ومقياس بأوليسيل (Paulsel، 2005) لقياس تصورات طلاب الجامعة للفصول الدراسية العادلة (تعريب الباحثين). وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن جميع معاملات ارتباط بيرسون بين متغير التمكين النفسي (المعنى - الكفاءة - تقرير المصير - التأثير) وكل من مناصرة الذات وتصورات الطالبات للفصول الدراسية العادلة (عدالة التوزيع - العدالة الإجرائية - العدالة التفاعلية) اتسمت بكونها معاملات ارتباط موجبة، كما تنبأت كل من مناصرة الذات والعدالة التفاعلية بالتمكين النفسي، وبأن مناصرة الذات أقوى متغير منبئ بالتمكين النفسي في الدراسة.

- وهدفت دراسة أبو أسعد (2017) التعرف على فعالية برنامج إرشادي يستند إلى التمكين النفسي في تحسين الرضا الحياتي والأمل لدى الطلبة في المرحلة المتوسطة من ذوي الأسر المفككة في محافظة الكرك، تكونت عينة الدراسة من (64) طالباً وطالبة، مقسمين إلى مجموعتين تجريبية وضابطة، وتم استخدام مقياس الرضا

الحياتي 2001، Festingers&Easterlin والمطور من قبل (التخاينة، 2014) كما تم استخدام مقياس الأمل (Snyder) المعرب من قبل (عبد الخالق، 2004)، كما تم تطوير مقياس التفكك الأسري، وبناء برنامج إرشادي جمعي لتحسين الرضا الحياتي والأمل لدى الطلاب من ذوي الأسر المفككة ويستند إلى التمكين النفسي، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن البرنامج الإرشادي كان فعالاً في تحسين الرضا الحياتي والأمل عند طلبة أعضاء المجموعتين التجريبتين مقارنةً مع طلبة أعضاء المجموعتين الضابطين، كما توصلت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق بين طلبة أعضاء المجموعتين التجريبتين تعزى للنوع الاجتماعي.

ثانياً: دراسات مرتبطة بتنظيم الذات:

أجريت العديد من الدراسات التي تناولت متغير تنظيم الذات مع الآخر وفيما يلي استعراض لبعض هذه الدراسات.

- دراسة (Marques، M. et al.، 2005) التي هدفت إلى بناء مقياس لتنظيم الذات، وقد أجريت الدراسة على (599) طالباً وطالبة، وقد توصلت الدراسة إلى وجود خمسة عوامل هي: السلوك الإيجابي، القدرة على الضبط، التعبير عن المشاعر، التوكيدية، والبحث عن الوجود الأفضل.

و دراسة مصطفى نوري القمش (2010): فقد بحثت العلاقة بين مهارات تنظيم الذات والمشكلات السلوكية الصفية. وتوصلت هذه الدراسة إلى وجود علاقة سالبة بين مهارات تنظيم الذات والمشكلات السلوكية الصفية، وقد اعتمدت هذه الدراسات على المقياس الذي أعدته (جهاد عبد ربه التركي، 2004) لمهارات تنظيم الذات، والذي يقيس بعدين أساسيين، الأول: تنظيم الذات ويشمل مراقبة الذات، تقييم الذات، تعزيز الذات، وضبط المثيرات، والثاني: يقيس الاندفاعية.

و دراسة مختار أحمد الكيال (2008) التي هدفت إلى معرفة الإسهام النسبي لتنظيم الذات في التنبؤ بالأداء الأكاديمي للطلاب. وقد أجريت الدراسة على (185)

طالباً وطالبة. وقد أظهرت النتائج أن تنظيم الذات يسهم في تفسير مقدار من التباين في أداء الطلاب بنسبة 7% كما وجدت فروق دالة إحصائياً بين مرتفعي ومنخفضي الأداء الأكاديمي في تنظيم الذات. وقد اعتمدت الدراسة على مقياس لتنظيم الذات مكون من أربعة أبعاد: وضع وتخطيط الأهداف، مراقبة الذات أثناء تحقيق الأهداف، التنظيم الذاتي للانتباه، والتنظيم الذاتي للانفعالات.

فروض البحث:

1. توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس التمكين النفسي ودرجاتهم على مقياس تنظيم الذات.
2. يمكن التنبؤ بأداء أفراد عينة البحث على مقياس تنظيم الذات بمعلومية الأداء على مقياس التمكين النفسي.

حدود البحث:

1. الحدود المكانية:

- مدرسة الشهيد محمد جابر قصلة ببني سويف.
- مدرسة الشهيد نور الدين الثانوية العسكرية ببني سويف.
- مدرسة الدكتور إيهاب إسماعيل الثانوية ببني سويف.

2. الحدود الموضوعية:

حيث يقع البحث الحالي في نطاق الصحة النفسية ويتحدد بالمتغيرات التي يتناولها والتي تتمثل في التمكين النفسي وتنظيم الذات لدى المراهقين.

3. الحدود البشرية:

طلاب المرحلة الثانوية.

4. الحدود الزمنية:

يطبق البحث الحالي خلال العام الدراسي 2020 \ 2021م.

إجراءات البحث:

أدوات الدراسة:

- مقياس التمكين النفسي لطلاب المرحلة الثانوية (إعداد/ الباحثة)
- مقياس تنظيم الذات لطلاب المرحلة الثانوية (إعداد/ الباحثة)

أولاً: مقياس التمكين النفسي:

- هدف إلى قياس التمكين النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية، ويتكون المقياس من 57 عبارة مقسمة على خمسة أبعاد وهي: المعنى، التأثير، الاستقلالية الذاتية، الكفاءة، المهارات.
- قامت الباحثة بمراجعة التراث السيكولوجي - في حدود علم الباحثة - والدراسات التي تناولت التمكين النفسي وذلك بهدف التعرف على ماهية التمكين النفسي وأبعاده والنماذج المفسرة كما سبق وأوضحته الباحثة في الإطار النظري.
- اعتمدت الباحثة في بناء المقياس على مجموعة من المصادر العلمية العربية والأجنبية المترجمة مثل مقياس التمكين النفسي لسبرايتزر (Spreitzer 1995).
- قامت الباحثة بإجراء التحليل العاملي لمقياس التمكين النفسي، وذلك على عينة بلغت (189) من طلاب المرحلة الثانوية بالتخصصات العلمية والأدبية، وقد استخدم الباحث طريقة المكونات الأساسية Principle Component، وتم إجراء التحليل العاملي باستخدام البرنامج الإحصائي (SPSS) الإصدار الثالث والعشرون، وتم تحديد خمسة عوامل مستخلصة من المقياس ككل، كما استخدم الباحث قيمة (± 0.3) كمحك للتشعب الجوهرية للمفردة على العامل، ومن ثم يعتبر التشعب للمفردة على العامل دال إحصائياً عندما يبلغ (± 0.3) أو أكثر.
- وقد تم التحليل العاملي وفق الخطوات الآتية: تجهيز بيانات المقياس تمهيداً لمعالجتها إحصائياً، ثم حساب معامل ألفا-كرونباخ للمقياس ككل؛ وذلك بغرض الاطمئنان لعدم وجود مفردات ذات تأثير سلبي على التباين الكلي للمقياس، ثم

إجراء التحليل العاملي لمفردات المقياس، ثم تحديد قيمة $(\pm 0,3)$ كمحك للتشبع الجوهري للمفردة على العامل، ثم تدوير المفردات تدويراً متعامداً، وقد تم حذف المفردة (6-29)؛ نظراً لانخفاض معامل التشبع عن $(\pm 0,3)$ ، وفيما يلي النتائج التي حصلت عليها الباحثة بعد التدوير المتعامد بطريقة الفاريماكس (Varimax).

جدول (1)

العوامل المستخرجة من التحليل العاملي

البعد	الجذر الكامن	نسبة التباين المفسرة	نسبة التباين التراكمية
الأول	5.375	9.430	9.430
الثاني	4.984	8.744	18.174
الثالث	4.037	7.082	25.256
الرابع	3.001	5.265	30.521
الخامس	2.894	5.077	35.598
Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy=.771			
Bartlett's Test of Sphericity=3916.404			

جدول (2)

العوامل المستخرجة من التحليل العاملي لمقياس التمكين النفسي وتشبع المفردات على العوامل

المفردات	الأول	الثاني	الثالث	الرابع	الخامس
1			.540		
2			.609		
3			.423		
4			.463		
5				.436	
7			.613		
8			.444		
9			.503		
10			.320		
11			.544		

فاعلية برنامج إثرائي قائم علي نموذج ديك وكاري في تنمية بعض أساليب التقويم البديل وتحسين فاعلية الذات

		.638			12
			.363		13
		.331			14
.563					15
				.460	16
				.368	17
	.563				18
	.499				19
.412					20
	.406				21
.494					22
				.457	23
.504					24
			.436		25
			.516		26
				.543	27
				.581	28
			.305		30
			.445		31
	.489				32
	.643				33
			.538		34
			.444		35
				.421	36
				.435	37
			.476		38
			.525		39
			.628		40
				.517	41
		.320			42
.388					43
		.332			44
		.312			45
			.351		46
				.459	47
				.506	48
				.495	49
.313					50
			.401		51

				.499	52
.339					53
.389					54
				.608	55
			.530		56
				.490	57

*معامل الارتباط دال عند مستوى دلالة 0,01، **معامل الارتباط دال عند مستوى دلالة 0,05

التجانس الداخلي:

قامت الباحثة بحساب التجانس الداخلي؛ وذلك من خلال حساب معامل الارتباط الخطي البسيط لبيرسون بين درجات كل مفردة والدرجة الكلية للمقياس، وفيما يلي النتائج التي حصلت عليها الباحثة:

جدول (3)

التجانس الداخلي للبعد الأول (المعنى)

المفردة	معامل الارتباط بالبعد	معامل الارتباط بالمقياس ككل	المفردة	معامل الارتباط بالبعد	معامل الارتباط بالمقياس ككل
16	.486**	.419**	41	.567**	.458**
17	.539**	.476**	47	.605**	.545**
23	.402**	.256**	48	.647**	.549**
27	.617**	.556**	49	.672**	.608**
28	.548**	.410**	52	.527**	.412**
36	.433**	.331**	55	.645**	.528**
37	.635**	.606**	57	.611**	.559**

*معامل الارتباط دال عند مستوى دلالة 0,01، **معامل الارتباط دال عند مستوى دلالة 0,05

دلالة 0,05

جدول (4)

التجانس الداخلي للبعد الثاني (التأثير)

المفردة	معامل الارتباط بالبعد	معامل الارتباط بالمقياس ككل	المفردة	معامل الارتباط بالبعد	معامل الارتباط بالمقياس ككل
13	.404**	.299**	38	.526**	.472**
25	.430**	.233**	39	.512**	.371**

فاعلية برنامج إثرائي قائم علي نموذج ديك وكاري في تنمية بعض أساليب التقويم البديل وتحسين فاعلية الذات

.525**	.655**	40	.466**	.605**	26
.485**	.460**	46	.546**	.562**	30
.579**	.602**	51	.501**	.585**	31
.584**	.605**	56	.410**	.557**	34
			.453**	.521**	35

**معامل الارتباط دال عند مستوى دلالة 0,01، **معامل الارتباط دال عند مستوى دلالة 0,05

جدول (5)

التجانس الداخلي للبعد الثالث الاستقلالية الذاتية الإدارة الذاتية

معامل الارتباط بالمقياس ككل	معامل الارتباط بالبعد	المفردة	معامل الارتباط بالمقياس ككل	معامل الارتباط بالبعد	المفردة
.172*	.210**	10	.275**	.320**	1
.317**	.338**	11	.416**	.327**	2
.294**	.229**	12	.533**	.377**	3
.357**	.300**	14	.396**	.331**	4
.327**	.255**	42	.374**	.267**	7
.200**	.259**	44	.410**	.326**	8
.267**	.272**	45	.441**	.374**	9

**معامل الارتباط دال عند مستوى دلالة 0,01، **معامل الارتباط دال عند مستوى دلالة 0,05

جدول (6)

التجانس الداخلي للبعد الرابع (الكفاءة)

معامل الارتباط بالمقياس ككل	معامل الارتباط بالبعد	المفردة	معامل الارتباط بالمقياس ككل	معامل الارتباط بالبعد	المفردة
.214**	.541**	32	.292**	.502**	5
.270**	.626**	33	.292**	.582**	18
.485**	.567**	46	.381**	.607**	19
			.461**	.591**	21

*معامل الارتباط دال عند مستوى دلالة 0,01** *معامل الارتباط دال عند مستوى دلالة 0,05

جدول (7)

التجانس الداخلي للبعد الخامس المهارات القدرات

معامل الارتباط بالقياس ككل	معامل الارتباط بالبعد	المفردة	معامل الارتباط بالقياس ككل	معامل الارتباط بالبعد	المفردة
.616**	.569**	50	.160*	.485**	15
.579**	.646**	51	.460**	.559**	20
.254**	.444**	53	.418**	.538**	22
.511**	.561**	54	.253**	.449**	24
			.428**	.542**	43

*معامل الارتباط دال عند مستوى دلالة 0,01** *معامل الارتباط دال عند مستوى دلالة 0,05

ثبات مقياس التمكين:

قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية، والتي تقوم على تجزئة مقياس التمكين إلى نصفين (فردى - زوجي) وحساب معامل الارتباط بينهما، وتطبيق معادلة تصحيح الطول (سبيرمان - براون)، وكذلك بطريقة ألفا-كرونباخ كما يأتي

جدول (8)

نتائج معاملات ثبات مقياس التمكين

معامل ألفا-كرونباخ	"معامل التجزئة" سبيرمان		عدد المفردات	المتغير
	بعد التصحيح	قبل التصحيح		
.873	.818	.693	55	التمكين

ويتضح من نتائج جدول (8) أن جميع معاملات ثبات المقياس مرتفعة، وتشير تلك النتائج إلى صلاحية المقياس للاستخدام في البحث الحالي.

ثانيًا: مقياس تنظيم الذات:

- هدف إلى قياس تنظيم الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية. ويتكون المقياس من 50 عبارة مقسمة على خمسة أبعاد وهي: التخطيط وتحديد الأهداف، مراقبة الذات، تقييم الذات، تعزيز الذات، ضبط المثيرات الخارجية.
- قامت الباحثة بمراجعة التراث السيكلوجي في - في حدود علم الباحثة - والدراسات السابقة التي تناولت تنظيم الذات وذلك بهدف التعرف على ماهية تنظيم الذات، وأبعاده والنماذج المفسرة له كما سبق وأوضحت الباحثة في الإطار النظري.
- اعتمدت الباحثة في بناء المقياس على مجموعة من المصادر العلمية العربية والأجنبية المترجمة مثل نموذج المراحل الأربعة لتنظيم الذات. (، Pintrich، 2005)

جدول (9)

العوامل المستخرجة من التحليل العاملي

البعد	الجذر الكامن	نسبة التباين المفسرة	نسبة التباين التراكمية
الأول	5.118	10.236	10.236
الثاني	3.794	7.588	17.824
الثالث	3.332	6.664	24.487
الرابع	2.985	5.970	30.457
الخامس	2.376	4.751	35.208
Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy=.742			
Bartlett's Test of Sphericity=3076.131			

جدول (10)

تشبعات المفردات على العوامل بعد التدوير

المفردات	الأول	الثاني	الثالث	الرابع	الخامس
1		.555			
2		.516			
3					.466
4	.347				
5		.618			
6		.445			
7	.503				
8			.310		
9		.520			
10	.326				
11		.348			
12	.520				
13		.674			
14			.385		
15	.416				
16	.554				
17	.325				
19			.520		
20	.422				
21		.591			
22		.447			
23	.462				
25	.427				
26	.388				
28	.479				
29		.532			

فاعلية برنامج إترائي قائم علي نموذج ديك وكاري في تنمية بعض أساليب التقويم البديل وتحسين فاعلية الذات

				.670	30
				.437	32
	.554				33
	.488				34
	.508				35
	.557				36
	.629				37
	.369				38
			.404		39
	.430				40
		.455			41
.313					42
.474					43
		.718			44
		.483			45
		.519			46
.391					47
.612					48
.560					49
	.320				50

تم حذف العبارات (18-24-27-31)؛ وذلك نظراً لانخفاض معامل التشبع عن

30 ±

جدول (11)

التجانس الداخلي للبعد الأول (التخطيط وتحديد الأهداف)

المفردة	معامل الارتباط بالبعد	معامل الارتباط بالمقياس ككل	المفردة	معامل الارتباط بالبعد	معامل الارتباط بالمقياس ككل
4	.535**	.491**	20	.585**	.538**
7	.583**	.531**	23	.575**	.517**

.470**	.505**	25	.354**	.423**	10
.341**	.411**	26	.537**	.587**	12
.369**	.480**	28	.337**	.433**	15
.542**	.666**	30	.449**	.547**	16
.385**	.424**	32	.440**	.477**	17

*معامل الارتباط دال عند مستوى دلالة 0,01**معامل الارتباط دال عند مستوى دلالة 0,05

جدول (12)

التجانس الداخلي للبعد الثاني (مراقبة الذات)

معامل الارتباط بالمقياس ككل	معامل الارتباط بالبعد	المفردة	معامل الارتباط بالمقياس ككل	معامل الارتباط بالبعد	المفردة
.598**	.599**	11	.488**	.656**	1
.540**	.733**	13	.348**	.606**	2
.271**	.454**	29	.467**	.683**	5
.279**	.404**	39	.515**	.585**	6
			.429**	.607**	9

*معامل الارتباط دال عند مستوى دلالة 0,01**معامل الارتباط دال عند مستوى دلالة 0,05

جدول (13)

التجانس الداخلي للبعد الثالث (تقييم الذات)

معامل الارتباط بالمقياس ككل	معامل الارتباط بالبعد	المفردة	معامل الارتباط بالمقياس ككل	معامل الارتباط بالبعد	المفردة
.250**	.467**	41	.472**	.558**	8
.356**	.573**	44	.494**	.544**	14
.470**	.599**	45	.495**	.630**	19
.492**	.611**	46	.493**	.499**	21
			.486**	.467**	22

فاعلية برنامج إثرائي قائم على نموذج ديك وكاري في تنمية بعض أساليب التقويم البديل وتحسين فاعلية الذات

*معامل الارتباط دال عند مستوى دلالة 0,01** *معامل الارتباط دال عند مستوى دلالة 0,05

جدول (14)

التجانس الداخلي للبعد الرابع مكافأة الذات (تعزيز الذات)

المفردة	معامل الارتباط بالبعد	معامل الارتباط بالقياس ككل	المفردة	معامل الارتباط بالبعد	معامل الارتباط بالقياس ككل
33	.646**	.374**	37	.606**	.326**
34	.529**	.285**	38	.526**	.307**
35	.591**	.295**	40	.472**	.175*
36	.597**	.345**	50	.558**	.473**

*معامل الارتباط دال عند مستوى دلالة 0,01** *معامل الارتباط دال عند مستوى دلالة 0,05

جدول (15)

التجانس الداخلي للبعد الخامس (ضبط المشيرات الخارجية)

المفردة	معامل الارتباط بالبعد	معامل الارتباط بالقياس ككل	المفردة	معامل الارتباط بالبعد	معامل الارتباط بالقياس ككل
3	.565**	.279**	47	.517**	.224**
42	.510**	.283**	48	.636**	.343**
43	.513**	.291**	49	.595**	.331**

*معامل الارتباط دال عند مستوى دلالة 0,01** *معامل الارتباط دال عند مستوى دلالة 0,05

ثبات مقياس تنظيم الذات:

قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية، والتي تقوم على تجزئة مقياس التمكين إلى نصفين (فردى - زوجي) وحساب معامل الارتباط بينهما، وتطبيق معادلة تصحيح الطول (سبيرمان- براون)، وكذلك بطريقة ألفا-كرونباخ كما يأتي:

جدول (16)

نتائج معاملات ثبات مقياس تنظيم الذات

المتغير	"معامل التجزئة" سبيرمان		عدد المفردات
	قبل التصحيح	بعد التصحيح	
التنظيم	.602	.751	46
معامل ألفا-كرونباخ			.885

ويتضح من نتائج جدول (16) أن جميع معاملات ثبات المقياس مرتفعة، وتشير تلك النتائج إلى صلاحية المقياس للاستخدام في البحث الحالي.

اختبار صحة الفروض ومناقشة النتائج:

1. توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين درجات الأفراد عينة البحث على مقياس التمكين النفسي ودرجاتهم على مقياس تنظيم الذات.
2. يمكن التنبؤ بأداء أفراد عينة البحث على مقياس تنظيم الذات بمعلومية الأداء على مقياس التمكين النفسي.

اختبار صحة الفرض الأول والذي ينص على أنه: «توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين درجات الأفراد عينة البحث على مقياس التمكين النفسي ودرجاتهم على مقياس تنظيم الذات».

وللتحقق من صحة الفرض قامت الباحثة بحساب معامل الارتباط الخطي البسيط لبيرسون بين درجات الأفراد عينة البحث على مقياس التمكين النفسي ودرجاتهم على مقياس تنظيم الذات، وفيما يلي النتائج التي حصلت عليها الباحثة:

جدول (17)

نتائج معاملات الارتباط بين درجات الأفراد عينة البحث على مقياس التمكين النفسي ودرجاتهم على مقياس تنظيم الذات

البعد	تنظيم 1	تنظيم 2	تنظيم 3	تنظيم 4	تنظيم 5	تنظيم ككل
تمكين 1	.646**	.556**	.712**	.612**	.540**	.717**

تمكين 2	.655**	.569**	.742**	.693**	.627**	.759**
تمكين 3	.637**	.581**	.593**	.578**	.482**	.678**
تمكين 4	.509**	.563**	.655**	.541**	.485**	.640**
تمكين 5	.620**	.588**	.737**	.626**	.572**	.731**
تمكين ككل	.720**	.661**	.800**	.712**	.631**	.822**

*معامل الارتباط دال عند مستوى دلالة 0,01 **معامل الارتباط دال عند مستوى دلالة 0,05

يتضح من نتائج جدول (17) تحقق الفرض البحثي، والذي ينص على أنه «توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس التمكين النفسي ودرجاتهم على مقياس تنظيم الذات؛ حيث كانت جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0,01»

ويعزى تفسير تلك النتيجة إلى أن التمكين النفسي يتسم بتعدد الأبعاد والتي منها بعد (الكفاءة الذاتية - معالجة المشكلات - السيطرة - المهارة التنظيمية...) على سبيل المثال لا الحصر، وبوجه خاص المهارة التنظيمية المتمثلة في مكونات معرفية، ووجدانية، ودافعية، وسلوكية تمد الفرد بقدرات على ضبط أفعاله لتحقيق النتائج المرجوة في ضوء ظروف «البيئة المتغيرة» ويرتبط تنظيم الذات بعدد من المتغيرات منها النجاح المهني، القدرة على المواجهة، وهذا بدوره يؤدي إلى رفع مستوى كفاءة الفرد وقدرته على أداء المهام الموكلة إليه بمهارة وامتلاكه المعرفة والخبرة الضرورية لذلك، مما يخلق شعور بالسيطرة على جوانب الحياة المختلفة (الصحة - العمل - الأهداف - القيم...).

كذلك يعزز التمكين النفسي المهارات والثقة والتحكم في مصادر القوة لدى الفرد لكي يتحكم في حياته ويوجهها الوجهة الصحيحة، من ناحية أخرى فهو يعزز الشعور بالسيطرة على البيئة الخارجية والابداع وتجريب كل ما هو جديد دون خوف، كما أنه يجعل الفرد قادراً على التأثير في أحداث الحياة فيصبح منتجاً لا مستهلكاً وهذا ما يمكن أن يحققه مفهوم تنظيم الذات من خلال تنظيم الأفكار والمعطيات وتحديد الإستراتيجيات ومن ثم تنظيم السلوك من أجل الوصول للهدف وتحقيقه دون تشتت وتحقيق السيطرة

على جوانب الحياة المختلفة، وهو ما يبدو وثيق الصلة بالمراحل الخمس التي تمر بها عملية تنظيم الذات وهي:

1- جمع المعلومات عن المهمة أو الهدف المراد تحقيقه. 2- تنظيم المعلومات وترتيبها بما يتلائم مع الامكانيات المتاحة (الجسدية والمادية) وبما يتلائم مع الثقافة والبيئة التي ينتمي إليها الفرد، 3- التخطيط الفعال والتحكم في المثيرات الخارجية وتحديد المهارات اللازمة لإتمام المهمة وتعلمها، 4- المراقبة الذاتية والمرونة في تعديل الإستراتيجيات بما يتلائم مع النتائج الحالية، 5- تعزيز الذات.

اختبار صحة الفرض الثاني: والذي ينص على أنه « يمكن التنبؤ بأداء أفراد عينة البحث على مقياس تنظيم الذات بمعلومية الأداء على مقياس التمكين النفسي. وللتحقق من صحة الفرض قامت الباحثة بإجراء تحليل انحدار متعدد، وفيما يلي النتائج التي حصلت عليها الباحثة:

جدول (18)

نتائج تحليل التباين

الدلالة	ف	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين
.000b	224.942	15145.077	1	15145.077	الانحدار
		67.329	108	7271.514	البواقي
			109	22416.591	الكلي

يتضح من جدول (18) تحقق الفرض الذي ينص على أنه « يمكن التنبؤ بأداء أفراد عينة البحث على مقياس تنظيم الذات بمعلومية الأداء على مقياس التمكين النفسي؛ حيث بلغت قيمة ف (224,942) وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة 0.01

جدول (19)

نتائج تحليل الانحدار

مربع معامل الارتباط المتعدد R2	معامل الارتباط المتعدد R	ثابت الانحدار	اختبارات لمعنوية معامل الانحدار	معاملات الانحدار	الأوزان الانحدارية Beta	الارتباط البسيط r	المتغير
.676	.822a	12.662	14.998	.743	.822	.822a	التمكين

يتضح من نتائج جدول (19) أن معامل الارتباط المتعدد بلغ (822a.) بينما بلغ معامل التحديد (.676) وهذا يعني أن المتغير المستقل (التمكين النفسي) تفسر حوالى 68% من التباين الكلي لأداء أفراد عينة البحث على متغير تنظيم الذات، بينما بلغت قيمة بيتا (.822)، وهو ما يعنى أن تغيراً بمقدار انحراف معياري واحد فى متغير التمكين النفسي ينتج عنه تغيراً في درجة متغير تنظيم الذات بمقدار (.822) من الانحراف المعياري، وتؤكد ذلك قيمة ت لدلالة معامل الانحدار، والتي بلغت (14.998)، وهي قيمة دالة عند مستوي دلالة 0،01 تشير إلى أن العلاقة بين المتغيرين هي علاقة حقيقية. ومن الجدول السابق يمكننا استنتاج معادلة الانحدار كالتالي:

الصيغة العامة لمعادلة الانحدار

$$\text{ص} = \text{ب س} + \text{أ}$$

حيث أن (ص) هي قيمة المتغير التابع وهو (تنظيم الذات).

و(س) هي قيمة المتغير المستقل وهو (التمكين النفسي).

و(ب) معامل الانحدار للمتغير المستقل و يبلغ (.743).

وقيمة (أ) = وهي ثابت الانحدار وتساوي (12.662)

لتصبح المعادلة ما يلي:-

درجة تنظيم الذات المتنبأ به (ص) = 743 (الدرجة الكلية للتمكين) + 12.662

مثال على معادلة الانحدار

جدول (20)

يعرض مثال توضيحي على عملية الانحدار

المثال	الدرجة الكلية للتمكين	(الدرجة الكلية لتنظيم الذات (ص)
درجات أحد الطلاب	144	117

وبتطبيق المعادلة السابقة على درجة أحد أفراد العينة كما في الجدول (20):

درجة تنظيم الذات المتنبأ به (ص) = 743 (144) + 12.662

ص = 119

نلاحظ تقارب الدرجة المتنبأ بها لتنظيم الذات (119) مع الدرجة الفعلية التي حصل عليها الطالب (117).

ويمكن تفسير تلك النتيجة في ضوء العلاقة الارتباطية بين كلا من تنظيم الذات والتمكين النفسي، فتنظيم الذات هو: مصدر إدراك أفراد للقوى الشخصية، إضافة إلى المهارة السلوكية التي تظهر في التحكم الذاتي في التغيرات التي تطرأ على البيئة المحيطة، أي أن تنظيم الذات يشتمل على ثلاث عمليات: شخصية وسلوكية وبيئية، فهو محصلة تفاعل لهذه العمليات الثلاث، فالعمليات الشخصية تشمل تنظيم الذات المتمثل في الملاحظة الذاتية ومحاولة الاستفادة منها لما سيتعلمه الفرد، والعمليات السلوكية تشير إلى المراقبة والتوفيق بين الحالات المعرفية والانفعالية للفرد كعمليات التذكر والتفكير، أما العمليات البيئية فتشير إلى التوافق مع الظروف الخارجية المحيطة بالفرد.

وهو ما يبدو وثيق الصلة بأهداف عملية التمكين النفسي التي تهدف إلى التشجيع وتعزيز القدرات ورفع الكفاءة الشخصية للأفراد لتلبية احتياجاتهم وحل مشكلاتهم الخاصة واكتساب الصفات التي تنمي شعور الفرد بالتمكين النفسي وإتلاك الاستقلال الكافي للسيطرة على موارد حياتهم الشخصية، وهذا يسهم بشكل كبير وإيجابي في تحسين صورهم الذاتية المدركة والسلوكيات الذاتية والتي تتأثر بعدد من العوامل التدريبية والشخصية.

كما أن التمكين النفسي يسهم في بناء تصورات للتحكم الشخصي واتباع نهج استباقي للحياة وفهم البيئة الاجتماعية والسياسية الحرجة المحيطة بالفرد للتأثير أو السيطرة على الأحداث المهمة في حياته.

فتصورات التمكين النفسي مؤثرة جداً في الرضا والالتزام بتنظيم الذات والسلوك الريادي للأفراد، فالريادة تتعلق بتنظيم الذات وبما يقدمه الأفراد من مبادرات أو تقديم

فاعلية برنامج إثنائي قائم على نموذج ديك وكاري في تنمية بعض أساليب التقويم البديل وتحسين فاعلية الذات

الأفكار الجديدة دون أن يطلب منهم ذلك، فارتفاع مدركات الأفراد للتمكين النفسي يمكن أن تؤدي إلى تحسين مبادرات الأفراد ويزيد من مرونتهم وقدرتهم على التنظيم. كما أشارت دراسة (Spreitzer، 1995: 1449) إلى وجود صلة بين التمكين النفسي والمرونة الفردية اللذان يسهمان في السلوك الإبداعي. ويصور (Nwankwo، 2011: 257) التمكين النفسي كعامل جوهري لدفع الأفراد تجاه المغامرات والجرئة في التوجهات والانجاز.

المراجع

- أبو أسعد، أحمد عبد اللطيف (2017). فعالية برنامج ارشادي يستند إلى التمكين النفسي في تحسين الرضا الحياتي والأمل لدى طلبة المرحلة المتوسطة من ذوي الأسر المفككة في محافظة الكرك. مجلة دراسات العلوم التربوي، الأردن، (44)، ص 149 - 164.
- القمش، مصطفى نوري - التركي، جهاد عبد ربه - العضاليلة، عدنان (2008). فاعلية برنامج تعليمي في تحسين مهارات تنظيم الذات لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم من المرحلة الابتدائية في لواء عين الباشا في الأردن. مجلة جامعة النجاح للعلوم الإنسانية، فلسطين، 22 (1)، ص -198 167.
- الكيال، مختار أحمد (2008). الإسهام النسبي لمكونات الذكاء الوجداني والذكاء المعرفي وتنظيم الذات في التنبؤ بالأداء المهني للمعلمين والأداء الأكاديمي للطلاب بالمرحلة الثانوية، مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس، 32 (1)، -519 519
- حمودة، محمود عبد الرحمن (1991). الطفولة والمراهقة: المشكلات النفسية والعلاج. مجلة الطفولة والتنمية، المجلس العربي للطفولة والتنمية. ع (1) ص (239-248)
- عابدين، حسن سعد محمود (2016). مهارات تنظيم الذات والمرونة النفسية وعلاقتها بجودة الحياة الأكاديمية لدى طلاب كلية التربية جامعة الإسكندرية، جامعة الإسكندرية - كلية التربية، مج 26، ع6، ص153.
- عبد الفتاح، أسماء فتحي لطفي (2018). التأثيرات المباشرة وغير المباشرة لكل من التمكين النفسي والشفقة بالذات والمثابرة الأكاديمية لدى طلاب الصفين الأول والثاني بمرحلة الثانوية العامة، كلية التربية، جامعة أسيوط، مج 34، ع12، ص -41 1.

- عبد الله، بكر محمد سعيد (2016). نموذج العلاقات بين فاعلية الذات وتنظيم الذات وتقدير الذات في ضوء بعض العوامل الديموجرافية لدى طلاب الدبلومات الجامعية، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، مجلة العلوم التربوية، ع5، ص 203 – 286.
- عوض، حسانين عوض (2016). مكونات تنظيم الذات لدى المعتمدين وغير المعتمدين على المواد النفسية المؤثرة في الأعصاب، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب جامعة القاهرة.
- كفاي، علاء الدين (1997). علم النفس الارتقائي: سيكولوجية الطفولة والمراهقة. دار الفكر العربي للنشر والتوزيع.
- محمد، السعيد عبد الصالحين (2008). تنظيم الذات كعامل عام أو كعوامل طائفية وعلاقته بسمات الشخصية المستهدفة للاضطرابات الصحية. مجلة دراسات نفسية، 83، 71-126.
- مصطفى، منال محمود محمد (2015). مناصرة الذات وتصورات الطالبات للفصول الدراسية العادلة كمتغيرات تنبؤية بالتمكين النفسي لطالبات الجامعات، جامعة الأزهر – كلية التربية، ع162، ج2، ص21-22.
- Byrant، P. T. (2006). The Role of Self-regulation in Decision Making between Entrepreneurs. PhD.، Macquarie Graduate School of Management، Macquarie University، Sydney، Australia.
- Caswell M.& Shelly، P. (2013). Can students nurse critical thinking be predicted from perception of structural empowerment within the undergraduate، pre-licensure learning environment? 3578571، TUI University.
- Chang C. & Hsieh T. (2012)، “The Impact of Perceived organizational Support and Psychological empowerment on job performance: The mediating effects of organizational citizenship be-

havior” ، International Journal of Hospitality Management> Vol. 31. No. 1. 180- 190.

- Cleary، T. J. & Zimmerman، B. J. (2004) Self-Regulation Empowerment Program: A School-Based Program to Enhance Self-Regulated and Self-Motivated Cycles of Student Learning. Psychology in the Schools، 41(5)، 537-550. Retrieved from <http://search.proquest.com/docview/62017908?accountid=44936>
- Dickson، Kevin & Lorenz، Alicia (2009). Psychological Empowerment and Job Satisfaction of Temporary and Part Time Nonstandard Workers: A Primary Investigation” ، Institute of Behavioral and Applied Management، Southeast Missouri State University، p 172.
- Farley، J.& Kim Spoon، J.، (2014). The Development of Adolescent Self-Regulation: Reviewing the Role of Parent، Peer، Friend، and Romantic Relationships: Journal of Adolescent. Vol(37). Pp 433-440.
- Garner، J.V. (2001) Empowerment in social work field education: Examining the triadic aspects of empowerment in the education process of the social work field student. (3019518، The University of Texas at Arlington). Proquest Dissertations and Theses، p 128 – 128.
- Gordon، J.، & Turner، K. M. (2004). The Empowerment Principle: Casualties of Two Schools’ Failure to Graspnettle. Health Education، 104(4)، 226-240. Retrieved from <http://search.proquest.com/docview/61924299?accountid=44936>
- Hickman، D.F. (2011). Relation between self- stigma and personal empowerment among people who have severe mental illness. Unpublished doctoral dissertation، Faculty of the Hahn school of nursing and health science، University of San Diego.
- Magar، E.، Philips، L.، Hosie، H. (2008). Self-Regulation and Risk-Taking Personality and Individual Differences. Vol (45). Pp153-159.

- Marques، M&Ibaner، M. &Ruiperez، M. &Moyal، J.Ortit، G. (2005). The Self- regulation inventory (SRI)، psychometric Properties of a health related coping measure. Personality and Individual Differences، 39 (6)، 1043- 1054.
- Nwankwo،O.، and Akam،U.(2011) Psychopreneurship، Journal of Emerging Trends in Economics and Management Sciences (JE-TEMS) 2(4): 257 – 263 © Scholarlink Research Institu Journals، (IS SN:2141- 7024).
- Perry، A. H. (2013). Effect of demographic factors on empowerment attributions of children with autistic spectrum disorders. Unpublished doctoral dissertation، The University of Alabama.
- Schunk، D. (2005). Commentary on self- regulation in school context. Learning and Instruction، 15، 173- 177.
- Shellmman، A (2009). Empowerment and Resilience: A Multi- method Approach to Understanding Processes and Outcomes of Adventure. Education Program Experiences. Ph.D. The School of Health. Indiana University.
- Spreitzer،G.،M.،(1995)، Psychological Empowerment، in the Workplace:Dimensions،Measurement، and Validation، Academy of Management Journal1995، Vol.38، No.5، pp 1442- 1465.
- Spreitzer،G.،M.،(1995)، Psychological Empowerment، in the Workplace:Dimensions،Measurement، and Validation، Academy of Management Journal1995، Vol.38، No.5، pp 1442- 1465.
- Tengland، P. (2007). Empowerment: A conceptual Discussion.
- the Enhancement of Chemistry Laboratory Demonstrators
- Vancouver، j. &Day، D. (2005). Industrial and organizational research on self- regulation: from construct to applications. Applied Psychology، 4(2)، 155- 185

- VandenBos, G.R. (Ed.) (2007). American Psychological Association (APA) Dictionary of Psychology. American psychological Association, Washington, DC
- Zimmerman, B. J. (2000). Attending Self-Regulation: A Social Cognitive Perspective. In M. Boekaerts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), Handbook of Self-Regulation, (pp.13-39). San Diego, CA: Academic Press.
- Zimmerman, B. J. (2002). Becoming a Self-regulated Learner: An Overview. Theory into Practice, 41(2), 46-70.
- Zimmerman, B.J. (1989). A social Cognitive view of self – regulated academic learning. Journal of Education Psychology, 81 (3), 329- 339.