[٨]

بناء مقياس تقدير ضبط الذات لدى طفل الروضة

إعداد

د. سمر سعد محمد يوسف الدويني

مدرس بقسم العلوم النفسية

كلية رياض الأطفال– جامعة الإسكندرية

بناء مقياس تقدير ضبط الذات لدى طفل الروضة

د. سمر سعد محمد يوسف الدويني*

مستخلص البحث:

هدف البحث الحالي إلى بناء مقياس يستخدم في تقدير ضبط الذات لدى الطفل الروضة، وتعرف الخصائص السيكومترية للمقياس بعد تطبيقه على عينة التقنين ومدى إتفاقها مع خصائص المقياس الجيد، ثم بناء معيار للمقياس (المئينيات) الذي يفسر على ضوئه الدرجات الخام للمقياس، كما هدف البحث إلى تعرف مستوى ضبط الذات لدى الأطفال في مرحلة رياض الأطفال، ولتحقيق هذا الهدف تم استخدام المنهج الوصفي للتحقق من جودة الخصائص السيكومترية، وقد طبق المقياس على عينة من الأطفال ممثلة لمجتمع البحث بلغ عددهم (٢٢٥) طفلا من روضتين من الروضات التجريبية التابعة لوزارة التربية والتعليم بمحافظة الاسكندرية، وقد أسفرت النتائج عن توافر المؤشرات السيكومترية المطلوبة (الصدق، والثبات، والاتساق الداخلي، والمعايير) في المقياس، وأن مستوى ضبط الذات لدى الأطفال منخفضا، كما أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية في الاستجابات على مقياس تقدير ضبط الذات لدى أطفال الروضة تعزى لمتغير النوع لصالح البنات، وإلى وجود فروق ذات دلالة احصائية في الاستجابات على مقياس تقدير ضبط الذات لدى أطفال الروضة تعزى لمتغير العمر لصالح الأطفال الأكبر، وقد خلص البحث إلى عدد من التوصيات التي تتعلق باستخدامات المقياس وفوائده.

* مدرس بقسم العلوم النفسية– كلية رياض الأطفال– جامعة الإسكندرية.

Abstract:

The aim of current research is to construct a scale used to estimate self-control of the kindergarteners. The research concentrated on the examination of the psychometric properties of such a scale and the construction of criteria for the scale upon which to explain raw scores.

The research also aimed to identify self-control level of children in the kindergarten stage. To achieve this goal, the descriptive approach was used to validate the quality of the psychometric properties of the scale which was applied to a sample of (225) kindergartners representing the research community and they were randomly selected from two kindergarten schools in Alexandria. Data was analyzed using SPSS (Statistical Package for Social Sciences).

The results showed that the scale had high degree of reliability, internal consistency and had enough validity indices. The results showed that the level of self-control among kindergarten children is low and that older children scored higher scores of self-control than younger children and with respect to age groups, girls scored higher scores of self-

Control than boys.

مقدمة:

لا شك أن عملية ضبط الذات والتحكم في المشاعر والرغبات وردود الأفعال الشخصية تجاه كل ما يثير الفرد، من العوامل الأكثر تأثيراً في القدرة على مواجهة ضغوط المجتمع والتعاطي بإيجابية مع تحديات العصر الحديث بكل ما يحمله من ضغوطات ومغريات، كما تؤثر على علاقات الفرد في الأسرة والعمل والاصدقاء، لذا تبدو أهمية التدريب على ضبط الذات في مرحلة مبكرة من حياة الفرد.

وقد حظى ضبط الذات لدى الأطفال على اهتمام كل من الباحثين والمربين في السنوات الأخيرة، وقد نبع هذا الاهتمام من شكوى كثير من الآباء بأن سلوك الأطفال أصبح "خارج نطاق السيطرة"، وينطوي ضبط الذات على قدرة الأطفال على التحكم في العواطف، والتفاعل بطرق إيجابية مع الآخرين، وتجنب التصرفات غير اللائقة أو العدوانية، وأن يصبحوا متعلمين مستقلين (Bronson, 2000).

وتعد قدرة الفرد على التحكم في اندفاعاته وتهذيب تعبيراته الانفعالية من المتطلبات الضرورية والمبكرة والتي تلقي بها المجتمعات على عاتق الطفل، ويعتمد نجاح الأطفال في العديد من المهام الحياتية بشكل حيوي على سيطرتهم على مثل هذا التحكم في الذات، والضبط المبكر للذات له تأثير عميق وباقي على حياة الفرد في الرشد (Tao, Wang, Fan & Gao, 2014)، ويعد نقص القدرة على ضبط الذات أحد العوامل التي تزيد من خطر نمو مشكلات سلوكية لدى هؤلاء الأطفال Woltering, Lishak, Hodgson, Granic & Zelazo, (2016). من هنا جاء الاهتمام بضبط الذات في مرحلة الطفولة المبكرة.

ويبدأ ضبط الذات في النمو خلال السنة الثانية من العمر، ويؤدي ذلك في المقابل إلى نقص في مشكلات السلوك فيما بعد (Shaw, Gilliom, Ingoldsby & Nagin, 2003)، ولذا فإن احتمال وجود مشكلات سلوكية يزداد لدى الأطفال قبل عمر العامين، وذلك لإنخفاض قدرتهم على ضبط الذات والذي يُعد متطلب أساسي لتيسيير قدرة الأطفال على توقع نتائج عدم الطاعة أو توقع نتائج السلوك، مما يجعلهم يسيئون التصرف (De Ridder, Lensvelt-Mulders, Finkenauer, Stok & Baumeister 2012).

وعلى هذا، فإنه في ضوء القصور المبكر في مهارات ضبط الذات في حوال سن الثانية إلى الرابعة، يمكن التنبؤ بظهور مشكلات سلوكية مصاحبة ولاحقة (Vazsonyi & Huang, 2010).

وقد توصلت الدراسة الطولية التي قام بها (Moffitt et al, 2011) عبر (٣٢) عام إلى أن امتلاك الفرد لضبط جيد للذات في مرحلة الطفولة (من ٢-١٠ سنوات)، يتنبأ بالصحة البدنية لهذا الفرد، واستقلاله المادي، ووفرة الموارد المالية الشخصية، وقلة النواتج الإجرامية في مرحلة الرشد، كما تم التوصل إلى أن الأفراد الذين اتصفوا بالضبط القوي للذات في الطفولة المبكرة، يكونوا أكثر نجاحا عند الالتحاق بالمدرسة، وأكثر امتلاكا من غيرهم لمهن ووظائف ناجحة وعلاقات أسرية متوافقه في الرشد.

بالإضافة إلى ذلك، فقد اكدت دراسات عديدة بأن ضبط الذات في مرحلة عمرية مبكرة له تأثيرات إيجابية على القدرات الأكاديمية والإجتماعية والتنظيم الذاتي للعواطف والعمليات المرتبطة به في ما قبل المدرسة والطفولة المتوسطة كنمو الضمير، والكفاءة الاجتماعية،

والتوافق الجيد، والتعاطف، والانجاز المهني، والعلاقات الاجتماعية المستقرة، والتغلب على الاحباط، واتخاذ القرار، ومقاومة الادمان، والصحة العقلية والجسمية، وأن التدريب على ضبط الذات في مرحلة عمرية مبكرة يمكن أن يقلل من المشكلات السلوكية والاجتماعية والانفعالية (Henry,Caspi,Moffitt,Harrington &Silvo,1999; Moffitt et.al, 2011; Eisnberg, Smith & Spinrad,2016; Maranges & Baumeister, 2016).

كما أشارت نتائج دراسة (Blair& Razza, 2007) إلى وجود ارتباط بين القدرة على الضبط المُجهد effortful control ونمو الوظيفة التفيذية، وبين ظهور مهارات القراءة والكتابة والحساب في مرحلة رياض الأطفال.

وتوصلت نتائج دراسة (Bradley, Atkinson, Rees, Tomasino, & Galvin, 2009) إلى أن التنظيم الذاتي للعواطف والمشاعر (أي التحكم في الاندفاعية والسلوك العدواني والاندماج في علاقات اجتماعية) لدى أطفال ما قبل المدرسة، يؤدي إلى تحسن الوظائف العليا في الدماغ مثل الذاكرة والإدراك والقدرة علي التفكيروالإبداع.

ولذا فإن نمو ضبط الذات وتشكيله والعوامل التي تؤثر على الضبط المبكر للذات لدى الأطفال قد حظيت بانتباه علماء علم نفس النمو، فالسيطرة على النفس أمر بالغ الأهمية لنجاح الطفل في المرحلة الحالية وفي الحياة بعد ذلك (Moffitt, et al,2011)، كما يمكن التنبؤ في ضوئه بجودة الحياة في الرشد (Moffitt, Poulton & Caspi, 2013)، ومن هنا تتضح أهمية تدريب الأطفال على ضبط الذات في

مرحلة عمرية مبكرة، ولقياس فعالية التدريب ظهرت الحاجة إلى بناء مقياس حديث يصلح لقياس ضبط الذات لدى اطفال الروضة، وذلك نظرا لقلة وقِدم المقاييس المتوفرة الملائمة لتلك المرحلة العمرية، فضلا عن أن أغلبها ينتمي لثقافات مختلفة عن البيئة العربية.

مشكلة البحث:

جاء الاهتمام بضبط الذات في مرحلة رياض الأطفال من خلال شكوى المعلمات بالروضات وشكوى الطالبات أثناء التدريب بالتربية العملية من سلوك الأطفال والذي يخرج عن السيطرة في كثير من الأحيان، وذلك أثناء الزيارات التي تقوم بها الباحثة للروضات للإشراف على الطالبات ببرنامج التربية العملية. وكانت أكثر الشكاوى من عدم التزام الأطفال بالتعليمات، والميل إلى إثارة الفوضى، ونقص القدرة على ضبط السلوك اللفظي ومقاطعة المعلمة كثيرا بدرجة تعجز عنها عن اكمال الأنشطة في الوقت المحدد، ونقص القدرة على ضبط السلوك الحركي ومغادرة أماكنهم باستمرار وعدم تحمل البقاء في أماكنهم مدة النشاط، وتململ الأطفال وعدم انتباههم، وتناول الطعام والشراب خلسة في غير الوقت المخصص لذلك أثناء انشغال المعلمة، بالاضافة إلى زيادة العدوان وإثارة المشكلات فيما بينهم بشكل ملحوظ.

ولا يمكن لعمليتي التعليم والتعلم أن تؤتيا ثمارهما في وسط يفتقر للنظام والإنضباط، ومهما كانت المعلمة مبدعة ومتجددة، فلن يكون لها سوى تأثير ضئيل في ظل غياب السيطرة والإنضباط داخل غرفة النشاط، والأهم من ذلك أن المعلمة تقضي جزءا كبيراً من وقتها في مواجهة سوء سلوك بعض الأطفال فلا يبقي لها سوى القليل من الوقت

مجلة الطفولة والتربية – العدد الثاني والأربعون – السنة الثامنة – أكتوبر ٢٠١٦

والجهد للتعليم وتنفيذ الأنشطة، وتُستنفذ طاقتها ويُسلب حماسها، مما ينعكس سلبا على كل من المعلمة والطفل.

كما أكدت المعلمات أنه وإن كان هناك عدد من الأطفال ينضبطون أثناء وجود المعلمة بغرفة النشاط، إلا أن الغالبية العظمى منهم ينتقلون إلى حالة من الفوضى في اللحظة التي تغادر فيها المعلمة الغرفة، لذا فنحن في حاجة إلى أطفال مسئولين عن تصرفاتهم سواء كانت المعلمة في غرفة النشاط أو لم تكن.

ويتضح مما سبق أهمية تدريب الأطفال على ضبط الذات في مرحلة عمرية مبكرة، لما له من تأثيرات إيجابية على حياة الطفل في عديد من الجوانب، وهو ما أشارت إليه نتائج عدد من الدراسات كدراسة (Tangney, Baumeister, & Boone, 2004) والتي أشارت بوجود ارتباط بين ضبط الذات وكل من التوافق، وتقدير الذات، والعلاقات الاجتماعية الجيدة واكتساب مهارات التعامل مع الآخرين، والانجاز، والاستجابات العاطفية الجيدة، ودراسة (حمدي محمد، ٢٠١٠) والتي أسفرت نتائجها عن وجود ارتباط بين الثقة بالنفس وضبط الذات.

ودراسة (Moffitt et.al,2011) والتي أشارت إلى أن الأفراد الذين اتصفوا بالضبط القوي للذات في الطفولة المبكرة، يكونوا أكثر نجاحا عند الالتحاق بالمدرسة، وأكثر امتلاكا من غيرهم لمهن ووظائف ناجحة وعلاقات أسرية منسجمة في الرشد، وكذلك دراسة (يسري أحمد، ٢٠١٢) والتي أشارت إلى فعالية التدريب على الضبط الذاتي في خفض مستوى الشعور بالأحباط لدى عينة من التلاميذ ذوي صعوبات التعلم من الصف السادس الإبتدائي.

ولقياس تأثير التدريب كان لابد من توافر مقياس لتقدير ضبط الذات لدى الأطفال بمرحلة الرياض؛ إلا أنه بمطالعة الأدبيات والبحوث العربية التي تناولت ضبط الذات، وجدت الباحثة ان مرحلة رياض الأطفال لم تنل القدر الكافي من البحث والدراسة في البيئة العربية، حيث اهتم الكثير من الباحثين بدراسة ضبط الذات لدى المراهقين وطلاب الجامعة (إبراهيم باجس، ٢٠١٥؛ حمدي محمد، ٢٠١٠؛ يسري أحمد، ٢٠١٢)، وأن أغلب الدراسات التي اهتمت بمرحلة الطفولة المبكرة كانت بالبيئة الأجنبية، وأن أغلب هذه البحوث قد ركزت على تحديد العمر الذي يبدأ فيه ضبط الذات في الظهور، وعلى تعرف مسارات نموه، وعلى التأثيرات المستقبلية للضبط المبكر للذات. (Bodrova & Leong, 2007; Bronson, 2000; Moffitt & Poulton, 2013; Tao,Wang, Fan & Gao, 2014; yang & song, 2003).

ويرى (Tao,Wang, Fan & Gao, 2014) أن مرحلة رياض الأطفال تعد مرحلة إنتقالية ينتقل بعدها الطفل للمدرسة الابتدائية، والتي يحدث فيها تغير ملحوظ في حياة الطفل، حيث يطلب منه تنظيم سلوكه في غرفة الصف، والإستماع إلى دروس المعلمين، والإلتزام بالقواعد والتعليمات، مما يتطلب بدء الإهتمام بضبط الذات في مرحلة رياض الأطفال وعدم الانتظار حتى إلتحاق الطفل بالمدرسة الابتدائية، هذا بالإضافة إلى أن هناك بعض فئات من الأطفال لا يمتلكون المهارات الكافية لضبط الذات، نتيجة لوجود أحد الاضطرابات السلوكية الرئيسية لديهم مثل اضطراب فرد الحركة المصاحب بقصور في الانتباه واضطراب التحدي المعارض (Martel & Nigg, 2006)، مما يتطلب الاهتمام بقياس وتحسين ضبط الذات.

لذا فقد رأت الباحثة ضرورة إعداد آداة قياس تساعد المختصين والباحثين في تعرف فعالية البرامج والأنشطة التي تهدف إلى تحسين ضبط الذات لدى الأطفال بمرحلة الرياض.

ويمكن تلخيص مشكلة البحث في الأسئلة الآتية:

١- هل تتحقق خاصية الصدق (صدق المحتوى، وصدق التحليل العاملي، وصدق المقارنة الطرفية) في مقياس تقدير ضبط الذات لدى طفل الروضة؟

٢- هل تتحقق خاصية الثبات (الثبات بطريقة ألفا- كرونباك، الثبات بطريقة التجزئة النصفية) في مقياس تقدير ضبط الذات لدى طفل الروضة؟

٣- هل تتحقق خاصية الاتساق الداخلي في مقياس تقدير ضبط الذات لدى طفل الروضة؟

٤- هل يمكن وضع معايير مئينية للدرجات الخام لمقياس تقدير ضبط الذات لدى طفل الروضة؟

٥- ما مستوى ضبط الذات لدى أطفال الروضة بتقدير المعلمات؟

٦- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الاستجابات على مقياس تقدير ضبط الذات لدى طفل الروضة تعزى لمتغير النوع (ذكور، إناث)؟

٧- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الاستجابات على مقياس تقدير ضبط الذات لدى طفل الروضة تعزى لمتغير العمر؟

أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى:

١- إعداد مقياس لتقدير ضبط الذات يصلح لمرحلة رياض الأطفال.
٢- حساب المؤشرات السيكومترية للمقياس على عينة من أطفال الروضة.
٣- وضع معايير مئينية للدرجات الخام لمقياس تقدير ضبط الذات لدى طفل الروضة.
٤- تعرف مستوى ضبط الذات لدى أطفال الروضة بتقدير المعلمات.
٥- تعرف تأثير النوع (ذكر، أنثى) على ضبط الذات لدى أطفال الروضة.
٦- تعرف تأثير العمر على ضبط الذات لدى أطفال الروضة.

أهمية البحث:

يمكن توضيح اهمية البحث فيما يلي:

١- **الأهمية السيكومترية:** وتتمثل في بناء مقياس لتقدير ضبط الذات لدى طفل ما قبل المدرسة، حيث أن المقاييس المتوفرة صممت لتقيس ضبط الذات لدى عينات مختلفة عن عينة البحث الحالي كالمراهقين وطلبة الجامعة، والمقاييس التي اهتمت بالفئة العمرية موضع اهتمام البحث هي مقاييس أجنبية صممت لتناسب عينات من ثقافات مختلفة.

٢- **الأهمية السيكولوجية:** وتتمثل في دراسة متغير هام ذو تأثير حيوي في حياة الطفل وشخصيته وهو ضبط الذات، كما ينبه هذا البحث إلى أهمية بناء برامج تدريبية لتدريب الأطفال مبكرا على ضبط الذات لما له من تأثيرات آنية ومستقبلية في حياة الطفل في غاية الأهمية، وعلاقته بتجاح الطفل في الحياة في المراحل اللاحقة لعلاقته ببعض المتغيرات والتي أشارت لها نتائج الدراسات مثل:

مجلة الطفولة والتربية – العدد الثاني والأربعون – السنة الثامنة – أكتوبر ٢٠١٦

- علاقته بالإنجاز الأكاديمي في المراحل اللاحقة.
- علاقته بخفض المشكلات السلوكية والإنفعالية والإجتماعية في المرحلة الآنية والمراحل اللاحقة.
- علاقته بتحسن الوظائف العليا في الدماغ مثل الذاكرة والإدراك والقدرة علي التفكيروالإبداع.

٣- **الأهمية التربوية:** وتتمثل في أهمية تعرف مستوى ضبط الذات لدى الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة، وإثارة انتباه المتخصصين في مجال تربية وتعليم الطفل عند التخطيط لوضع منهج الأنشطة لمرحلة رياض الأطفال، بحيث يتضمن المنهج أنشطة تهدف إلى تنمية ضبط الذات لدى الأطفال، كما يفيد البحث في توفير آداة قياس تساعد المختصين والباحثين في تعرف فعالية البرامج التي تهدف إلى تحسينه.

مصطلحات البحث:

- **ضبط الذات:**

يعرف ضبط الذات إجرائيا في هذا البحث على أنه الدرجة التي يقيسها مقياس ضبط الذات لطفل الروضة من إعداد الباحثة.

- **طفل الروضة:**

يعرف طفل الروضة إجرائيا في هذا البحث بأنه الطفل من أربع سنوات إلى سبع سنوات وستة شهور والملتحق بفصول رياض الأطفال التابعة لوزارة التربية والتعليم.

الإطار النظري ودراسات سابقة:

(أولا)– تعريف ضبط الذات:

إن مفهوم ضبط الذات ليس مفهوما جديدا، فقد تم تناوله في أدبيات علم النفس تحت مسميات كثيرة منها: ضبط النفس، الضبط الذاتي، التحكم في الذات، التنظيم الذاتي، الانضباط الذاتي، السيطرة على النفس، السيطرة على الاندفاعية، مجاهدة النفس، قوة الإرادة، الضبط المُجهد، قوة الأنا، فضلا عن مسميات أخرى، وبناء عليه تنوعت أسماء المقاييس التي استخدمت لقياس ضبط الذات (Baumeister,Vohs,Tice.2007; Duckworth , Kern,2011)، وقد اختلف العلماء في وضع تعريف محدد لضبط الذات، وفيما يلي عرض لبعض التعريفات:

هو سيطرة عقل المرء على انفعالاته وعواطفه وكبحه لرغباته وشهواته، واختياره تأجيل الإشباعات والمكافآت العاجلة، طلبا لمكافآت آجلة أكبر منها، أو أفضل منها، أو دفعاً ودرءاً لمفاسد كامنة أو محتملة قد لا تظهر إلا بعد حين (علي عبد الله،٢٠٠٠).

أشارت الرابطة الوطنية للإخصائيين النفسيين المدرسيين NASP بالولايات المتحدة الأمريكية، إلى ضبط الذات بأنه سيطرة الفرد على تصرفاته ومعرفته الصواب والخطأ (National Association Of School Psychologists, 2002)؛ إلا أن هذا التعريف لا يصف بدقة ضبط الذات، إذ أن مجرد معرفة الفرد للصواب والخطأ وتمييزه بينهما لا يضمن ضبطه لسلوكه وإلتزامه بالسلوك الصحيح.

هو القدرة على تأخير الإشباع الفوري أو الكف الطوعي لإستجابة مُلِحَة (Rothbart, Ellis, Rueda & Posner, 2003).

هو قدرة الفرد على تغيير إستجاباته، وخاصة لجعلها تتماشى مع معايير المثل العليا، والقيم، والأخلاق، والتوقعات الإجتماعية، ودعم السعي لتحقيق أهداف طويلة الأجل. (Baumeister, Vohs, Tice, 2007) وقد ركز هذا التعريف على فكرة الضبط الذاتي الطوعي في خدمة الأهداف والمعايير الشخصية والاجتماعية.

هو قيام الفرد بالتحكم في سلوكه ونتائجه وتعديله، من خلال ضبطه لنفسه، والبيئة المحيطة به.(Goldfried, Merbaum, 2007)

هو آلية داخلية عميقة تمكن الأطفال، فضلا عن البالغين في الانخراط في سلوكيات متعمدة واعية ومدروسة، وهو ينطوي على جانبين: أولا، قدرة على التحكم في الإندفاع والتوقف عن فعل شيء ما، إذا لزم الأمر أي كف السلوك، وثانيا، ينطوي على قدرة على القيام بشيء ما (حتى وإن لم يرغب الفرد في القيام به)، لمجرد أن الموقف يتطلب منه ذلك (Bodrova & Leong, 2008).

هو القدرة على كف الاستجابات لمواجهة متطلبات الموقف. (Duckworth, Kern, 2011; De Ridder, Lenvelt-Mulders, Finkenauer, Stok & Baumeister, 2012).

هو بناء شامل يربط بين عدد من المفاهيم والمحكات من التخصصات العلمية المختلفة ويتضمن عدد من المتغيرات هي:

- عدم الإستقرار العاطفي.
- الميل إلى التنصل من القواعد والقيود.
- انخفاض القدرة على تحمل الإحباط.

- نقص القدرة على المثابرة.
- مدى إنتباه قصير.
- القابلية للتشتت بسهولة.
- التحول من نشاط إلى آخر.
- التململ وعدم الهدوء.
- الفرط في النشاط.
- ضعف التحكم في الدوافع.
- التصرف قبل التفكير.
- صعوبة الانتظار.
- صعوبة في الإلتزام بالدور (Moffitt, Poulton & Caspi, 2013).

و يلخص التعريف السابق سمات الفرد الذي يفتقر إلى القدرة على ضبط الذات، كما يعرف ضبط الذات بشكل إجرائي يسمح بقياسه بدقة. هو قدرة الفرد على التحكم في دوافعه وتهذيب تعبيراته الانفعالية. (Tao,Wang, Fan & Gao, 2014).

هو قدرة الفرد على تعديل أفكاره، ومشاعره، وسلوكياته، أو السيطرة على دوافعه ورغباته، بما يسمح للفرد بمراقبة ذاته وتنظيمها لمقابلة التوقعات الذاتية والاجتماعية، ويتضمن ذلك التصرف وفق القواعد والقوانين والأفكار المثلى والأهداف وغيرها من المعايير (Maranges & Baumeister, 2016)، ويتفق هذا التعريف مع تعريف (Baumeister, Vohs, Tice, 2007).

هو قدرة قائمة على التنظيم المزاجي للذات لكف استجابة مهيمنة وتفعيل استجابة أخرى غير مُلِحة وفقاً لمتطلبات الموقف، ويطلق عليه

الضبط المُجهِد Effortful Control (Murray & Kochanska, 2002; Eisenberg, Smith & Spinrad, 2016) ويعزو هذا التعريف القدرة على ضبط الذات إلى الميول المزاجية للفرد.

ويميز (هاني السيد، ٢٠١٥) بين مفهوم ضبط الذات ومفهوم الإنضباط الذاتي، فيذكر أن الضبط يُفرض من خارج الطفل أي من الآباء مثلا؛ أما الإنضباط الذاتي ينشأ من داخل الطفل ويشتمل على الحكم الجيد والشجاعة والسلوك الأخلاقي، بالإضافة إلى الإحساس بالمسؤلية الشخصية، وأن الضبط غالبا ما يتضمن تدريب الطفل على إطاعة الأنظمة؛ ولكن الإنضباط الذاتي يعني أكثر من مجرد إتباع الأوامر أو الأنظمة، فالطفل المنضبط ذاتيا يتبع أنظمة السلوك لأنه قبل بتلك الأنظمة لنفسه على أساس إدراك أهميتها والإيمان بها. كما ان الضبط يمكن أن يوفر الهدوء طالما كانت هناك رقابة خارجية؛ في حين يوفر الإنضباط مجالا أوسع للإلتزام حيثما كان الطفل. ويضيف أن الضبط يصدر القرارات والخيارات، أما تعليم الإنضباط الذاتي يعني تمكين الطفل من الإختيار الصحيح وإتخاذ قراراته بنفسه.

وترى الباحثة أن الإنضباط يمثل الحالة العقلية والنفسية التي تمكن الفرد من تفضيل إتباع السلوك الصحيح مهما كانت الظروف، وأنه ينشأ أساسا من التربية السليمة ويصقل بتدريب الفرد في المراحل المبكرة من عمره على ضبط سلوكه بما يتوافق مع معايير السلوك الصحيح، أي أنه مرحلة متطورة من الضبط ينتقل فيها الطفل من الالتزام المرتبط بدافع خارجي إلى الالتزام المرتبط بالدوافع الداخلية والمعايير الشخصية.

ويمكن أن نستخلص من العرض السابق أن مصطلح ضبط الذات قد تم تعريفه بطرق مختلفة منها أنه:

- القدرة على إطاعة الأوامر وإتباع التعليمات.
- القدرة على تغيير السلوك وفقا للموقف.
- القدرة على تأخير ظهور الفعل (تأخير الاشباع).
- القدرة على التفكير قبل التصرف.
- القدرة على التصرف بطريقة ملائمة اجتماعيا دون الحاجة إلى توجيه وإرشاد الآخرين.

كما يلاحظ من خلال عرض بعض التعريفات الواردة ببعض الدراسات السابقة، أن بعضها لم يتناول ضبط الذات كمتغير مستقل بذاته، وإنما تم تناوله في ضوء مفاهيم أكبر مثل مفهوم تنظيم الذات، والإنضباط الذاتي، بينما تناوله البعض الآخر كمفهوم قائم بذاته.كما يلاحظ أن هناك شبه إجماع من الدراسات المرتبطة بضبط الذات لدى الأطفال بوجود علاقة إرتباطية بين الضبط المبكر للذات في الطفولة المبكرة وعدد من المتغيرات التي تسهم في النجاح في الحياة عموما كالتحصيل الدراسي، وتحسن القدرة علي التفكيروالإبداع، والتوافق، وتقدير الذات، والعلاقات الاجتماعية الجيدة، والنجاح المهني والأسري، وجودة الحياة في الرشد.

و في ضوء ما سبق يمكن للباحثة أن تعرف ضبط الذات لدى الطفل بأنه: " قدرة الطفل على التحكم في مشاعره وإنفعالاته والسيطرة على رغباته، وقدرته على مقاومة الإغراءات، والمثابرة وتحمل الاحباط، وتركيز الانتباه ومقاومة التشتيت، والتفكير قبل التصرف ومقاومة

الإندفاعية، بما يمكنه من التصرف بطريقة ملائمة إجتماعيا دون توجيه من الآخرين".

نمو ضبط الذات لدى الأطفال:

تظهر القدرة على ضبط الذات خلال مرحلة الطفولة المبكرة، وتحدث تحسنات جذرية في قدرة الطفل على ضبط الذات فيما بين (٢-٤) سنوات، ويتزامن ذلك مع الإنتقال من الضوابط الخارجية الأولية والمكتسبة من الأم، إلى الضوابط الداخلية النابعة من داخل الطفل، وهي ضرورية لنمو مهارات التكيف والتوافق الاجتماعي (Kochanska & Murray, 2000; Putnam & Stifter, 2002).

ويصبح ضبط الذات فيما بين الثالثة والرابعة من العمر أكثر تطورا، ويصبح الأطفال فيما بين السادسة والثامنة قادرين على التصرف المدروس، والتخطيط للمستقبل، والسيطرة الواعية على السلوك(Bronson, 2000).

وفي حين أن ضبط الذات لدى الأطفال يميل إلى التحسن مع النضج؛ إلا أن هناك خلاف حول منشأ ضبط الذات، فالبعض يشير إليه باعتباره سلوك متعلم ومهاره إجتماعية مكتسبة كلياً من الوالدين والمعلمين، بينما يعزو البعض الآخر ضبط الذات إلى الميول المزاجية لدى الطفل.

فيرى اصحاب المدرسة السلوكية مثل Skinnerأن سلوك ضبط الذات هو سلوك متعلم يتم اكتسابه كنتيجة لإدراك الفرد لعواقب سلوكه، كما يعلق رواد مدرسة التعلم الاجتماعي مثل Vygotsky أهمية كبيرة على البيئة الثقافية والإجتماعية للطفل في تشكيل ضبط الذات لديه (Bronson, 2000).

بينما يرى البعض الآخر أن ضبط الذات يعكس خصائص مزاجية موجودة لدى الأطفال وميل مزاجي لبذل الجهد للتحكم في الذات والسيطرة عليها، وبغض النظر عن منشأ ضبط الذات، فهو ينطوي على قدرة على تأجيل الاشباع (Putnam & Stifter, 2002; Vazsonyi & Huang, 2010).

وتفسر وجهة النظر المزاجية ضبط الذات في ضوء عوامل بيولوجية وراثية تظهر بداية استقرار مبدئي خلال مرحلة الطفولة المبكرة (Kochanska & Knaack, 2003)، وتدمج نظريات النزعة المزاجية مكونات ضبط الذات في بناء أشمل يعرف بالضبط المُجهِد effortful control (Rothbart, Ellis, Rueda & Posner, 2003)، وهو يتضمن القدرة على كف إستجابة مُلِحَّة وتحويلها إلى إستجابة مؤجلة، بالإضافة إلى تحويل الإنتباه عن تلك الإستجابة (Spinrad, et al.2007)، ووفقا لهذا التشابه المفاهيمي بين ضبط الذات والضبط المُجهِد، فإن قياس كل منهما يتم على نحو مماثل بما يتفق مع فكرة تأخير نموذج الاشباع الذي يقيس قدرة الأطفال على الصبر والإنتظار في مواجهة إغراء ما (Miner & Clarke-Stewart, 2008).

نستخلص مما سبق أن وجهة النظر الأولى ترى أن ضبط الذات ينتج عن جهود التنشئة الإجتماعية؛ في حين ترى نظريات المزاج أن ضبط الذات يعكس الفروق الفردية الموروثة في ميل الأطفال نحو الضبط والتحكم في السلوك.

وعلى الرغم من الاختلاف في وجهة النظر بين الرأيين، إلا أنه يمكن أن نلحظ أن كلتا وجهتى النظر تشتركا في التركيز على قدرة

الأطفال على السيطرة الطوعية على استجابة سلوكية مُلِحَّة أو مهيمنة ومحاولة بذل الجهد لكفِّها.

وقد توصلت الدراسات أن معدلات الأطفال الذين لا يمتثلون للقواعد والتعليمات تزداد حتى حوالي الثالثة من العمر ثم تنخفض باضطراد في مرحلة الطفولة الوسطى (Miner & Clarke-Stewart, 2008)، فقد توصلت نتائج دراسة (Yang & Song, 2003) إلى أن ضبط الذات لدى الأطفال يتحسن بالتقدم في العمر، وإلى أن ضبط الذات لدى البنات في مرحلة ما قبل المدرسة أفضل من آداء البنين، وقد تم تقييم الفرق بين الأطفال في ضبط الذات والعمر والنوع من خلال استبيان للمستوى النمائي لأطفال ما قبل المدرسة، وقد تضمن الاستبان أربعة أبعاد لضبط الذات هي: إستمرارية السلوك، والوعي بالسلوك، والمثابرة، وتأخير الإشباع.

كما توصلت نتائج دراسة (Tao,Wang,Fan&Gao,2014) لنفس النتيجة، وذلك في دراسة هدفت إلى تعرف العلاقة بين ضبط الذات وكل من العمر والنوع، وتكونت العينة من (٢١٣٥) طفلا تراوحت أعمارهم ما بين (٣-٩) سنوات، طبق عليهم اختبارالأنظمة المزدوجة لضبط الذات the dual-systems of self-control for children (DSSC)، وقد أظهرت النتائج أنه فيما عدا مجموعة عمر الثلاث سنوات، فقد ارتبط العمر بالتحكم الجيد في الذات، وكذلك وجود فروق دالة إحصائيا بين البنين والبنات في التحكم الجيد في الذات لصالح البنات، وأشارت النتائج إلى أنه بين سن الخامسة والسادسة يحدث تحسن في ضبط الذات، وأن أطفال الرابعة يمكنهم التحكم في إندفاعيتهم لدرجة

معينة، وأنه على الرغم من أن الأطفال في تلك المرحلة العمرية يمكنهم إدراك أن أفكارهم يمكن التحكم بها والسيطرة عليها، إلا أنهم لا يتمكنون من السيطرة عليها بشكل دائم، مما ينتج عنه أفعال إندفاعية.

وكذلك أشارت العديد من الدراسات حول الفروق بين الجنسين في ضبط الذات خلال مرحلة ما قبل المدرسة إلى وجود فروق في ضبط الذات بين الجنسين لصالح البنات (Kendall & Wilcox, 1979; Kochanska, Coy & Murray, 2001; Zhang, Liang, Chen & Zhang, 2012)

وعلى الرغم من نمو الأطفال بشكل كلي، إلا هناك لترتيب لظهور ضبط الذات لديهم، حيث يبدأ الأطفال أولا في ضبط سلوكهم الحركي، ثم يتعلم الأطفال كيفية ضبط سلوكهم الوجداني، وأخيرا، يبدأ الأطفال عملية الضبط المعرفي، والذي لا يبدو كاملا حتى نهاية المدرسة الابتدائية (Bodrova & Leong, 2007).

وقد أوصت الرابطة الوطنية للأخصائيين النفسيين المدرسيين بأهمية تدريب الأطفال على مهارات ضبط الذات في سن مبكرة، على أن تشتمل برامج التدريب على أهداف مناسبة لأعمارهم مثل، عدم مقاطعة حديث الآخرين، وعدم الشجار مع الأقران، والتعبير عن الغضب بشكل ملائم بدلا من الضرب أو الصراخ، والاستئذان قبل الفعل، والتفكير قبل التصرف (NASP, 2002).

ويضيف (Moffitt, et al., 2011) أن الطفل الذي ليس لديه قدرة على ضبط الذات يتصف بعدد من الصفات هي:

- القفز إلى الاستنتاجات
- الاندفاع، والتصرف دون تفكير.

- لا يحتمل أن ينتظر دوره.
- انخفاض القدرة على تحمل الإحباط.
- يكره المهام المُجهدة.
- يسهل صرف انتباهه.
- يفتقر إلى الاصرار، وينسى الأهداف بسهولة.
- يحب عمل الأشياء المحفوفة بالمخاطر.
- يتطلب الاهتماما المستمر والتحفيز من شخص بالغ.
- حالة صحية سيئة.

وعلى ذلك فإن أي تدريب على ضبط الذات في مرحلة الطفولة لابد أن يأخذ في الاعتبار الصفات السابق ذكرها، كما يجب مراعاتها أيضا في أدوات القياس المتعلقة بضبط الذات لدى الأطفال، وهو ما راعته الباحثة في بناء المقياس بالبحث الحالي.

طرق قياس ضبط الذات:

باستعراض الأدبيات والبحوث التي اهتمت بقياس ضبط الذات تم تمييز أربعة مداخل أساسية إتبعتها الدراسات لقياس ضبط الذات وهي: مهام الوظيفة التنفيذية، مهام تأخيرالإشباع، استبيانات التقرير الذاتية والإخبارية، ومقاييس الإندفاعية، وفيما يلي توضيح لكل منها:

أولا: مهام الوظيفة التنفيذية Executive function tasks:

تعرف الوظيفة التنفيذية بأنها "القدرة على ضبط سلوكنا وعواطفنا وأفكارنا ومشاعرنا ورغباتنا في أي موقف معين" (إيان موريس، ٢٠١٥). ومصطلح الوظيفة التنفيذية هو بناء جديد نسبيا كان أول ظهور له في أدبيات علم النفس العصبي، ويطلق عليه أيضا: الضبط (أو التحكم)

المعرفي cognitive control (Diamond, Barnett, Thomas, & Munro, 2007)، وهو مصطلح شامل يضم عدداً من العمليات المعرفية العُليا اللازمة للسيطرة المعرفية على السلوك، أي اختيار ومراقبة السلوكيات التي تسهل تحقيق الأهداف المختارة بنجاح (Williams, Thayer, 2009). أي أن الوظائف التنفيذية هي مجموعة من العمليات والمهارات المعرفية التي تمكن الفرد من تعرف مدى ملائمة سلوكه للموقف الذي يتواجد فيه، وتعديله أو تغييره إذا اقتضى الموقف ذلك (Semrud-Clikeman, 2003; Woltering, Lishak, Hodgson, Granic & Zelazo, 2016).

وتشمل الوظائف التنفيذية عدداً من العمليات المعرفية الأساسية هي:

١- الضبط الكفي inhibitory control (مقاومة العادات أو الإغراءات أو الانحرافات). ويطلق عليه ايضا: التحكم في الدافع Impulse control (التفكير قبل التصرف)، ويشير إلى كف الإستجابة الحالية وإعادة توجيه الإنتباه إلى القاعدة السلوكية المناسبة للموقف.

٢- الذاكرة العاملة working memory (الاحتفاظ عقليا بالمعلومات واستخدامها).

٣- المرونة المعرفية cognitive flexibility (التكيف مع التغيير). (Woltering, Lishak, Hodgson, Granic & Zelazo, 2016).

ويضيف البعض عمليات أخرى ضمن عمليات الوظيفة التنفيذية هي:

- التحكم الانتباهي attentional control (الاحتفاظ بتركيز الانتباه وعدم التشتت).
- الكف المعرفي cognitive inhibition (قدرة العقل على ضبط المثيرات التي ليس لها علاقة بالمهمة / العملية التي يتم معالجتها أو بالحالة الراهنة للعقل. ويمكن أن يتم الكف المعرفي إما كليا أو جزئيا، عمدا أو غير ذلك).

كما تتطلب الوظائف التنفيذية العُليا الإستخدام المتزامن لعدة وظائف تنفيذية أساسية أخرى كالتخطيط والذكاء المرن (أو بتعبير آخر الاستدلال وحل المشكلات)، ولا يزال تعريف وقياس الوظيفة التنفيذية يتم بشكل غير متسق (Williams, Thayer, 2009; Chan,Shum, Toulopoulou &Chen,2008 ; Diamond, Barnett, Thomas, & Munro, 2007; Diamond, 2013).

وقد استخدمت المهام السلوكية المصممة لتقييم الوظيفة التنفيذية لتقييم الفروق الفردية في ضبط الذات (Eigsti et al., 2006;Woltering, Lishak, Hodgson,Granic& Zelazo, 2016)، كما استخدمت لتقييم تأثير تداخلات ضبط الذات (Diamond, Barnett, Thomas&Munro,2007)، فعلى سبيل المثال، سعى كل من (McClelland, Cameron, Connor, Farris, Jewkes & Morrison, 2007) إلى إثبات العلاقة التنبؤية بين تنظيم السلوك والمهارات الأكاديمية النامية في مرحلة ما قبل المدرسة، وذلك في دراسة طولية تم فيها تتبع (٢١٧) طفلا من أطفال ما قبل المدرسة، وقد تم استخدام مهام تتطلب من الأطفال أن يؤدوا عكس ما يتم توجيهه شفهيا (كأن يطلب منهم أن يلمسوا أقدامهم فيقوموا بلمس رأسهم والعكس)،

وتوصلت الدراسة إلى أن الضبط الكفِّي inhibitory control (كف الاستجابة الطبيعية) يرتبط إيجابيا بنمو مهارات القراءة والحساب لدى الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة ويتنبأ بها.

كما هدفت دراسة (Woltering, Lishak, Hodgson, Granic & Zelazo, 2016) إلى تعرف الفروق في الوظيفة التنفيذية بين الأطفال الذين يعانون من مستويات مختلفة من السلوك المضطرب، وبين الأطفال العاديين، وتم استخدام بطارية من مهام الوظائف التنفيذية، وأشارت النتائج إلى أن ضعف الوظيفة التنفيذية في الطفولة المبكرة أحد العوامل التي تزيد من خطر نمو مشكلات سلوكية في مرحلة الطفولة المتوسطة.

وهناك أدلة متزايدة على أن الوظيفة التنفيذية ليست موحدة في طبيعتها، بل هي مجموعة من العمليات المتميزة المرتبطة بالفص الجبهي للمخ، بما في ذلك الذاكرة العاملة، والانتباه، وكف الاستجابة، والتحول بين المهام، وذلك لأن أي مهمة وظيفة تنفيذية واحدة تميل إلى تقييم عدد وافر من هذه العمليات المعرفية (Miller, 2000).

وتتطور الوظائف التنفيذية وتتغير تدريجيا عبر عمر الفرد، كما يمكن تحسينها في أي وقت على مدى حياة الشخص، وبالمثل، فإن هذه العمليات المعرفية يمكن أن تتأثر سلبا من خلال مجموعة متنوعة من الأحداث التي تؤثر على الفرد (Diamond, 2013).

ويعد كل من التحكم الكفي Inhibitory control، والذاكرة العاملة working memory بمثابة وظائف تنفيذية أساسية تجعل من الممكن لوظائف تنفيذية أكثر تعقيدا مثل حل المشكلات أن تنمو وتتطور (Senn, Espy, Kaufmann, 2004).و تبدأ العلامات الأولية لها في

الظهور في الأطفال الرضع، من (٧–١٢) شهرا من العمر، ثم تظهر طفرة في الآداء في سنوات ما قبل المدرسة ما بين (٣–٥) سنوات.على مهام الكف والذاكرة العاملة، أيضا تبدأ المرونة المعرفية والسلوك الموجه نحو الهدف، والتخطيط في التطور خلال هذه الفترة (Anderson ,2002;Best, Miller, Jones, 2009). والطفل الذي يكون لديه قصور في الوظائف التنفيذية، ربما يعرف السلوك أو الفعل الملائم لموقف إجتماعي معين لكنه يعجز عن القيام بهذا الفعل أو السلوك في هذا الموقف (Semrud-Clikeman, 2003).

وعموما، فإن أطفال مرحلة ما قبل المدرسة لا يتمتعون بوظائف تنفيذية ناضجة تماما ولا يزالون يرتكبون أخطاء تتعلق بهذه القدرات النامية، وغالباً ما لا يكون ذلك بسبب عدم وجود القدرات، بل لأنهم يفتقرون إلى الوعي بمعرفة متى وكيف تستخدم استراتيجيات معينة في مواقف معينة (Espy, 2004).أي يفتقرون إلى القدرة على آداء السلوك المناسب في الموقف المناسب.

وهذا يعني أن نمو الوظيفة التنفيذية يرتبط بالعمر ارتباطاً إيجابيا، وهو ما أسفرت عنه نتائج دراسة (Zelazo et al., 2003) والتي هدفت إلى تعرف تقييمات الوظيفة التنفيذية لدى أطفال ما قبل المدرسة.

وتعرف التغيرات النمائية المرتبطة بالعمر والفروق الفردية، وتكونت العينة من (٩٨) طفلاً تراوحت أعمارهم بين (٣–٥) سنوات، وتم استخدام ثلاث اختبارات هي: (مهمة تصنيف بطاقة التغير البعدي DCCS، واختبار تنظيم الذات، واختبار أوراق اللعب للأطفال)، وقد أظهرت النتائج أن العمر يرتبط بعلاقة قوية بالتحسن في اختبارات

الوظيفة التنفيذية، وأن الوظيفة التنفيذية تتطور بسرعة خلال السنوات الأولى لدخول المدرسة.

كما قام (Anderson & Zelazo, 2010) بدراسة هدفت إلى تعرف انعكاس التدريب على تطور الوظيفة التنفيذية لدى أطفال ما قبل المدرسة، وتكونت العينة من (٦٠) طفلاً تراوحت أعمارهم بين (٣-٥) سنوات، واستخدمت مهمة (تصنيف بطاقة التغير البعدي DCCS)، وقد أظهرت النتائج فعالية التدريب على تطور الوظيفة التنفيذية.

و كذلك استهدفت دراسة (Stievano & Valeri,2013) تعرف تطور الوظيفة التنفيذية في الطفولة المبكرة والعلاقة بين مكوناتها (الكف، التنظيم الذاتي، الذاكرة العاملة)، وتكونت العينة من (٤٠) طفلاً تراوحت أعمارهم بين (٤-٦) سنوات، ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام مهام لقياس الوظيفة التنفيذية، وقد أظهرت النتائج تطور الوظيفة التنفيذية بعمر (٤-٥) سنوات، وأن التحسن يستمر بدخول الأطفال المدرسة حيث يتم تدريبهم وتدعيمهم بواسطة معلمين منتظمين، كما اظهرت النتائج استقلال الوظيفة التنفيذية عن المعرفة العامة ومستوى الذكاء.

ثانيا: مهام تأخير الإشباع Delay of gratification tasks:

تأخر الإشباع Delayed gratification، أو الإشباع المؤجل deferred gratification هو القدرة على مقاومة إغراء مكافأة صغيرة فورية وانتظار مكافأة أكبر في وقت لاحق(Carducci, 2015). وتتعلق قدرة الفرد على تأجيل الإشباع بمهارات أخرى مماثلة مثل الصبر patience، والتحكم بالإندفاعية impulse control، وضبط الذات

self-control، وقوة الإرادة willpower، وكلها تشارك في التنظيم الذاتي self-regulation (Doerr,Baumeister,2010)، وتأخير الإشباع هو مظهر سلوكي من بناء أكثر شمولا من ضبط الذات (Moffitt et al., 2011).

وقد تم تصميم مهام تأخير الإشباع لفهم التغيرات المعيارية المرتبطة بالعمر في نمو الطفل، وقد أظهرت مهام تأخير الاشباع ارتباطها بمجموعة من النتائج الإيجابية الأخرى، بما في ذلك الإنجاز الأكاديمي والصحة البدنية والصحة النفسية والكفاءة الإجتماعية (Evans & Rosenbaum, 2008).

كما يمكن لآداء أطفال الروضة في مهام تأخير الإشباع أن يتنبأ بقدرتهم على كف الاستجابة في مرحلة عمرية متقدمة، ففي دراسة طولية قام بها (Eigsti et al.,2006) كشفت النتائج عن وجود ارتباط موجب بين درجات الأطفال في مهام تأخير الإشباع في مرحلة ما قبل المدرسة والمهام التي طبقت عليهم بعد عشر سنوات في مرحلة المراهقة، وأشارت الدراسة أن تلك المهام تعد مؤشرات فعالة للتحكم المعرفي وأنها تشير إلى النمو الفردي لضبط الذات والمناطق المقابلة لها من الدماغ.

وعموما فإن الأطفال دون الخامسة لديهم نقص ملحوظ في القدرة على تأخير الإشباع، والأكثر شيوعا في هذا العمر هو السعى إلى الإشباع الفوري(Tobin& Graziano, 2010)، ووفقا لكل من (Putnam & Stifter,2002) فإن قدرة الأطفال على تأخير الإشباع الفوري تبدأ في النمو من عمر (٢٤) شهرا تقريباً.

والأطفال الذين يلتحقون برياض الأطفال دون أن تكون لديهم القدرة على تأخير الإشباع الفوري، يواجهون خطر نمو مشكلات إجتماعية وأكاديمية (Bridgett et al., 2011) .

ثالثا: استبيانات التقرير الذاتي أو الإخباري للشخصية Self- and informant-report personality questionnaires:

غالبا ما يقاس ضبط الذات في أبحاث الفروق الفردية وعلم النفس الإكلينيكي عن طريق استبيانات شخصية ورقية يقوم بملئها المفحوص ذاته أو شخص قريب منه (كأي من الوالدين مثلا). وقد أشارت نتائج بعض الدراسات بأن استبيانات ضبط الذات يمكنها أن تتنبأ بالتحصيل الدراسي، والصحة البدنية، وجنوح الأحداث، ووفرة المال، والسلامة العامة، والنشاط الاجرامي في البلوغ (Benda, 2005; Duckworth, Tsukayama, & May, 2010; Tsukayama, Toomey, Faith, & Duckworth, 2010; Moffitt et al., 2011).

وبالبحث في الأدبيات التي تناولت ضبط الذات لدى الأطفال، تبين وجود عدد من استبيانات ضبط الذات إما ذاتية تقريرية أو إخبارية، وأن معظمها تم تصميمه كمقاييس قائمة بذاتها، كما تم تصميم عدد قليل منها كمقاييس فرعية من اختبارات الشخصية الشاملة، واختبارات المزاج، واختبارات الأمراض النفسية.

فقد قام كل من (Kendall & Wilcox ,1979) ببناء مقياس لتقدير ضبط الذات Self-Control Rating Scale (SCRS) لدى أطفال المدرسة الابتدائية كما يتم تقييمهم من قِبَل معلميهم أو آبائهم، وهو مقياس يعتمد على المفهوم السلوكي المعرفي لضبط الذات، ويتكون

من (٣٣) عبارة لقياس الدرجة التي يمكن أن يوصف بها سلوك الطفل، وتقيس (١٠) عبارات منها الخصائص السلوكية للضبط الذاتي، في حين تقيس (١٣) عبارة الخصائص السلوكية للإندفاعية، وتقيس العبارات العشر الأخيرة السلوكيات الخاصة بكلا البعدين، وكل عبارة يتم تقييمها وفقا لمقياس ليكارت من (٧) درجات، وتم حساب ثبات المقياس وتم تقنينه على (١١٠) طفلا من أطفال المدرسة الابتدائية من الصف الثالث حتى الصف السادس، وأثبت المقياس فعاليته في التمييز بين الأطفال الذين لا يتمتعون بالقدرة على ضبط الذات من أولئك الذين يملكون قدرة عادية على ضبط الذات، كما أوضح المقياس قدرة على الكشف عن فعالية التدخلات السلوكية المعرفية على تغيير السلوك داخل غرفة الصف المدرسي.

وقد تم إعادة تقنين هذا المقياس فيما بعد واستخدامه في قياس ضبط الذات لدى أطفال ما قبل المدرسة في عدد من الدراسات كدراسة (Rohrbeck, Azar, Wagner,1991) والتي هدفت إلى التحقق من موثوقية مقياس (Kendall & Wilcox, 1979) لتقييم الضبط الذاتي للطفل. وقد تم التأكد من الموثوقية باستخدام عينة بلغ عددها (١٠٣) من الأطفال العاديين من الصف الثالث حتى الصف الخامس، واظهرت النتائج تمتع المقياس بالاتساق الداخلى والثبات بطريقة اعادة الاختبار، وتم التوصية باستخدام الاختبار في البحوث المستقبلية التى تتناول ضبط الذات لدى الأطفال.

وقد قامت (Humphrey,1982) ببناء مقياس لقياس ضبط الذات لدى الأطفال مسترشدة بمقياس (SCRS) الذي اعده Kendall

Wilcox &، ويتكون المقياس من صورتين، صورة يجيب عنها الأطفال Children's Perceived Self-Control Scale (CPSC)، وصورة يجيب عنها المعلمون Teacher's Self-Control Rating Scale (TSCRS)،، تتكون صورة المعلمين من (١٥) مفردة موزعة على بُعدين: بُعد معرفي ويتضمن (١٠) مفردات تقيس الضبط الذاتي المعرفي الشخصي، وبُعد سلوكي ويتضمن (٥) مفردات تقيس سلوك العلاقات الشخصية، وأمام كل مفردة تقدير ليكارت خماسي، بينما تتكون صورة الأطفال من (١١) مفردة يجيب عنها الطفل إما بنعم أو بلا، وتقيس الضبط الذاتي الشخصي، والضبط الذاتي بين الأفراد، والتقييم الذاتي، والتفكير اللاحق، وقد أسفر المقياس عن عوامل صدق وثبات جيدة.

كما قام (Wang, Aimin ,2002) بدراسة هدفت إلى التحقق من صحة مقياس ضبط الذات (SCRS) والذي تم ترجمته إلى اللغة الصينية، وذلك على عدد من الأطفال في سن ما قبل المدرسة بالصين. وقد تم اختيار مجموعة عشوائية من (٢٠٤) طفلا من أطفال ما قبل المدرسة، لاستكمال النسخة الصينية المترجمة. وأظهرت نتائج التحليل صدق المحتوى، والأتساق الداخلية بطريقة كرونباخ ألفا، وصدق البناء، والثبات بطريقة إعادة،و خلصت النتائج إلى أن المقياس يصلح لأن يكون آداة قياس مفيدة لتصبح متاحة في الصين، والتي يمكن استخدامها لمقارنة الأطفال الآسيويين من مختلف والمناطق والثقافات الفرعية.

كما تم استخدام نفس المقياس في دراسة (Moreira, Crusellas, Sa, Gomes & Matias, 2010) والتي هدفت إلى تقييم برنامج لتعزيز المهارات الاجتماعية والعاطفية للأطفال في المرحلة الابتدائية، وقد طبق البرنامج على عينة من الأطفال تتراوح اعمارهم ما بين ٦ إلى

٧ سنوات عند بداية التحاقهم بالمدرسة، واستمر البرنامج لمدة أربعة سنوات حتى تراوح عمر الأطفال ما بين (٩-١٠) سنوات، واستخدم المقياس في القياس القبلي والبعدي.

وكذلك قام كل من (Kim & Oh, 2016) بترجمة المقياس إلى اللغة الكورية والتحقق من صلاحيته لقياس ضبط الذات لدى أطفال الروضة في كوريا من قبل الآباء والمعلمين،و تم تطبيق المقياس على (٢٩١) طفلا من أطفال الروضات الحكومية، وخلصت الدراسة إلى إمكانية استخدام المقياس من قبل المعلمين لقياس ضبط الذات السلوك المعرفي في رياض الأطفال، بينما لم تثبت صدق وثبات البيانات التي تم جمعها من خلال تقييم الآباء.

كما توجد مقاييس أخرى من مقاييس التقرير اعتمدت عليها عدد من الدراسات كإستبيان Kashiwagi والمستخدم في دراسة (Olson & Kashiwagi, 2000) والتي هدفت إلى تصميم استبيان لتقييم التنظيم الذاتي عند أطفال ما قبل المدرسة يصلح للبيئة اليابانية والأمريكية، وذلك في ضوء تحليل المحتوى لاستبيان Kashiwagi لتقدير المعلمين للتنظيم الذاتي للأطفال والمعد للبيئة اليابانية، وتكونت العينة من (٣٤٤) طفلا من الولايات المتحدة و(٣٤٨) طفلا من اليابان تراوحت أعمارهم من (٣٣) شهرا إلى (٦٩) شهرا، وتكون الاستبيان من (٧١) تقيس عاملين: العامل الأول هو كف الذات Self- Inhibition ويصف التنظيم الذاتي السلوكي، والقدرة على تأخير الإشباع الفوري، والقدرة على كف السلوك الآني، والقدرة على السيطرة على المشاعر السلبية، والعامل الثاني هو إثبات الذات Self-Assertion ويصف

القدرة على إثبات الذات لفظيا، القدرة على الانخراط في السلوك الابداعي، المشاركة الايجابية مع الأقران. وقد تم حساب العوامل الأكثر شيوعا في البيئتين وتم عمل استبيان يجمع بين العوامل المشتركة التي يمكن أن تطبق في البيئتين وتوصلت النتائج إلى انه كلما زاد العمر زادت كفاءة التنظيم الذاتي.

وكذلك هناك مقياس الضبط الكلي للذات Total Self-Control Scale لكل من (Tangney, Baumeister, & Boone, 2004)، ويتكون من (٣٦) مفردة تتعلق بالتصرف دون تفكير، فضلا عن مفردات تقيس تركيز الانتباه، ومفردات تقيس مقاومة الرغبات، ومفردات تقيس المثابرة، وأمام كل مفردة مقياس تقدير خماسي، كما قاموا ايضا ببناء صورة مختصرة عن هذا المقياس Brief Self-Control Scale تتكون من (١٣) مفردة تم اختيارها من بين مفردات المقياس الأصلي لتعبر عن نفس المحتوى الذي يقيسه.

وفي دراسة (Moffitt et al,2011) تم تقدير ضبط الذات لدى الأطفال من (٢-١٠) سنوات وفق تسعة محكات لضبط الذات وهي: عدم الاستقرار Labile، وانخفاض القدرة على تحمل الاحباط Low frustration tolerance، نقص القدرة على الإدخار Lack of reserve، المقاومة Resistance ويعني بها مقاومة التعليمات، عدم التوقف عن الحركة Restlessness، الاندفاعية Impulsivity، الحاجة إلى الاهتمام المستمر من قِبل الآخرين Requires attention، نقص القدرة على التركيز Fleeting attention ونقص القدرة على المثابرة Lacking persistence، ويقوم الفاحص بتقييم كل خاصية وفق مقياس تقدير ثلاثي كالآتي: (صفر) إطلاقا، (١) إلى حد ما، أو (٢) بالتأكيد.

كما قام كل من (Wang, Xie, Fan & Gao, 2014) بإعداد اختبار أطلق عليه اختبار الأنظمة المزدوجة لضبط الذات (DSSC) The Dual-Systems of Self-control for Children، وذلك في دراسة هدفت إلى بناء اختبار لقياس ضبط الذات لدى الأطفال واختبار صلاحية بناء المقياس، وبلغت العينة (١٤٩٣) عائلة من خمس محافظات قامت بالاجابة على المقياس، وقد تم إجراء تحليل عاملي لمفردات المقياس لتحديد المفردات الصادقة، كما تم حساب معامل كرونباخ ألفا، وقد حقق المقياس درجة جيدة من الصدق والثبات والاتساق الداخلي، وأسفرت النتائج أن المقياس يعد آداة صالحة لقياس مدى قدرة الأطفال على الضبط الذاتي في الصين، وتكون المقياس في صورته النهائية من (٢٣) مفردة تتوزع على بعدين: التحكم الجيد في الذات ويقاس من خلال (١٠) مفردات، والتحكم الضعيف في الذات ويقاس من خلال (١٣) مفردة، وأمام كل مفردة تقدير ليكارت خماسي، ويقيم المقياس ضبط الذات لدى الأطفال في خمس أبعاد: التخطيط، الاندفاع، التشتت، المثابرة، تأخير الاشباع،

وقد أشارت نتائج بعض الدراسات بأن استبيانات ضبط الذات يمكنها أن تصف بشكل جيد ضبط الذات لدى الأفراد، ففي بحث قام به كل من (Duckworth, Kern,2011) بهدف دراسة التنوع غير العادي في كيفية التعبير إجرائيا عن بناء القدرة على ضبط الذات في الدراسات البحثية، ولتحقيق هذا الهدف تم اجراء دراسة تحليلية لمقاييس ضبط الذات لإيجاد الارتباط بين اختبارات مهام تأخير الإشباع، ومقاييس الاستبيان التي تعتمد على التقرير الذاتي للفرد أو على تقييم الآخرين له. وبوجه عام، أظهرت النتائج أن الارتباطات داخل وعبر

أنواع مقاييس ضبط الذات أقوى بالنسبة لاستبيانات التقارير الذاتية والاخبارية وأضعف بالنسبة لمهام تأخيرالاشباع، وخلص البحث إلى أن ضبط الذات هو بناء متماسك ولكن متعدد الأبعاد وأنه من الأفضل تقييمه باستخدام أساليب متعددة.

رابعا: مقاييس الإندفاعية Impulsiveness Scales:

من بين تلك المقاييس مقياس Eysenck لقياس الإندفاعية، ويتضمن مفردات تتعلق بقول وعمل أشياء دون تفكير (Eysenck ,Easting &Pearson., 1984).

كما يتضمن الإصدار الحادي عشر من مقياس Barratt لقياس الإندفاعية جداول منفصلة تقيس الأنواع الرئيسية الثلاثة من الاندفاع التي حددها المقياس: عدم الانتباه inattention، والتصرف العفوي spontaneous action، ونقص القدرة على التخطيط lack of planning (Barratt, 1985). وقد قام كل من Coutlee , Cary, (Hoyle ,& Huettel,2014) بإعداد صورة مختصرة لهذا المقياس من خلال التحليل العاملي له، والذي أسفر عن حذف ١٧ مفردة والإبقاء على ١٣ مفردة، وأطلقوا عليه مقياس الإندفاعية المختصر An Abbreviated Impulsiveness Scale (ABIS).

وقد قام كل من (Whiteside & Lynam, 2001) بتطبيق عدد من مقايس ضبط الذات التي سبق نشرها على عدد كبير من الطلاب، وأسفر التحليل العاملي لمفردات تلك المقاييس عن أربعة عوامل تم وصفها بأنها عمليات نفسية منفصلة تؤدي إلى سلوكيات تشبه الاندفاع وهي: الإلحاح Urgency، وهو عدم القدرة على تجاوز الدوافع

القوية أي عدم السيطرة على الدوافع، ونقص القدرة على التروي أو التمهل Lack of premeditation وهو يشبه مفهوم Eysenck عن التصرف من دون تفكير، ونقص القدرة على المثابرة Lack of perseverance ويشير إلى عدم القدرة على التركيز على مهام مملة أو صعبة، والعامل الأخير هو البحث عن الإثارة Sensation seeking ويشير إلى الانجذاب إلى الأنشطة المثيرة والمحفوفة بالمخاطر، وأطلق على تلك العوامل نموذج UPPS.

وقد تم التحقق من موثوقية نموذج UPPS الذي وضعه كل من Whiteside & Lynam في دراسات لاحقة مثل (Miller, Flory, Lynam, & Leukefeld, 2003; Whiteside, Lynam, Miller & Reynolds, 2005).

وهكذا يتضح من العرض السابق لطرق قياس ضبط الذات أن بعض المهام وبعض عناصر الاستبيانات قد صممت لتقييم السلوك الكلي الخاضع للرقابة الذاتية مثل بعض مفردات مقياس الضبط الذاتي الذي صممه كل من (Tangney, Baumeister, & Boone, 2004)، بينما تستهدف مهام وعناصر الاستبيانات الأخرى العمليات النفسية التي تسبق وتساهم في الضبط الذاتي للسلوك مثل مقياس (Kendall & Wilcox, 1979)، ومقياس (Humphrey, 1982)، وقد ركز كل من المقياسين على المفهوم السلوكي والمفهوم المعرفي لضبط الذات، وبالإضافة إلى ما سبق هناك العمليات الأربعة التي حددها نموذج (Whiteside & Lynam, 2001)، وهي: الإلحاح، ونقص القدرة على التروي، ونقص القدرة على المثابرة، والبحث عن الاثارة، كما ركزت مهام قياس الوظيفة التنفيذية لدى الأطفال على القدرة على كف

الاستجابة ومقاومة الاغراءات، ومقاومة التشتت، وركزت مقاييس الاندفاعية على سلوك المخاطرة والقدرة على التفكير قبل التصرف.

وعليه؛ فمن خلال الاطلاع على عدد من المقاييس والبحوث التي تناولت ضبط الذات لدى الأطفال، بالاضافة إلى التعريفات المختلفة لضبط الذات، فقد تمكنت الباحثة من تحديد أبعاد المقياس الملائم لقياس ضبط الذات لدى الأطفال في مرحلة رياض الأطفال وهي كالتالي:

١- القدرة على تأخير الإشباع ومقاومة الإغراءات.
٢- القدرة على التفكير قبل التصرف ومقاومة الإندفاعية.
٣- القدرة على التصرف بطريقة ملائمة إجتماعيا دون توجيه من الآخرين.
٤- القدرة على المثابرة وتحمل الإحباط.
٥- القدرة على التحكم في المشاعر والإنفعالات والسيطرة على الرغبات.
٦- القدرة على تركيز الإنتباه ومقاومة المشتات.

و فيما يلي توضح الباحثة ما تعنيه بكل بعد من أبعاد المقياس:

١- القدرة على تأخير الإشباع ومقاومة الإغراءات: ويعني ذلك القدرة على الكف الطوعي لإستجابة مُلحة وتأجيل إشباعها أو عدم إشباعها نهائيا وفقا لمتطلبات الموقف.
٢- القدرة على التفكير قبل التصرف ومقاومة الإندفاعية: ويعني ذلك عدم التسرع، وعدم القيام بأفعال دون التفكير في العواقب.
٣- القدرة على التصرف بطريقة ملائمة إجتماعيا دون توجيه من الآخرين: ويعني ذلك قدرة الطفل على إصدار إستجابات ملائمه للموقف وتتماشى مع المعايير الإجتماعية المثلى من تلقاء نفسه من خلال ضبطه لسلوكه.

مجلة الطفولة والتربية – العدد الثاني والأربعون – السنة السادسة – أكتوبر ٢٠١٤

٤- القدرة على المثابرة وتحمل الاحباط: ويعني ذلك المحاولة أو الإستمرار في المهام التي تبدو صعبة، إلى الهدف، والقدرة على الحفاظ على الهدف في الإعتبار وبذل الكثير من الجهد للوصول له، وعدم الشعور بخيبة الأمل في حالة العجز عن تحقيقه.

٥- القدرة على التحكم في المشاعر والإنفعالات والسيطرة على الرغبات: ويعني ذلك استقرار الإستجابات العاطفية، والإعتدال في الانفعال بالمواقف والمثيرات الخارجية، وعدم مطاوعة النفس إذا تعارضت رغباتها مع متطلبات الموقف أو مع المعايير الشخصية أو الإجتماعية.

٦- القدرة على تركيز الإنتباه ومقاومة المشتات: ويعني ذلك وجود مدى إنتباه طويل، وإيلاء الطفل إهتمام بالمهام المكلف بها وعدم الإنشغال عنها.

منهج وإجراءات البحث:

اعتمد البحث الحالي على المنهج الوصفي لملائمته لتحقيق أهداف البحث والإجابة عن أسئلته، حيث قامت الباحثة بتصميم مقياس تقدير ضبط الذات لطفل الروضة،وقد مر إعداد هذا المقياس بالخطوات التالية:

١- تحديد الهدف من المقياس وهو قياس ضبط الذات عند طفل الروضة.

٢- تعرف أبعاد ضبط الذات عند طفل الروضة من خلال تحليل تعريفات ضبط الذات، والمقاييس والدراسات المرتبطة.

٣- الإطلاع على المقاييس التي تقيس ضبط الذات وذلك للمساعدة في تحديد أبعاد المقياس، وكيفية صياغة مفردات المقياس، وغير ذلك من فنيات بناء المقياس، وفيما يلي بعض المقاييس التي تم الإطلاع عليها والإستفادة منها:

- مقياس تقدير الضبط الذاتي (SCRS.Self-Control Rating) Scale إعداد (Kendall & Wilcox ,1979)
- مقياس ضبط الذات من وجهة نظر الأطفال Children's Perceived Self-Control Scale (CPSC) إعداد (Humphrey,1982).
- مقياس ضبط الذات من وجهة نظر المعلمين Teacher's Self-Control Rating Scale (TSCRS) إعداد (Humphrey, 1982).
- استبيان Kashiwagi لتقدير المعلمين للتنظيم الذاتي للأطفال teacher ratings of self- regulation. (In:Olson & Kashiwagi, 2000).
- مقياس الضبط الكلي للذات.Total Self-Control Scale إعداد (Tangney, Baumeister, & Boone, 2004).
- المحكات التسعة لضبط الذات في الطفولة The 9 measures of self-control in child- hood إعداد (Moffitt et al, 2011).

٤- إعداد الصورة الأولية من المقياس، ووضع عبارات تقيس كل بُعد من أبعاد ضبط الذات لدى طفل الروضة، كما تم الإستفادة من بعض العبارات الواردة في مقاييس ضبط الذات السابق الإشارة

إليها، وتم صياغة جميع العبارات في الاتجاه الموجب، وتم وضع مقياس تقدير Rating Scale خماسي أمام كل عبارة (نادراً، قليلاً جداً، أحياناً، عادةً، دائماً) لتقدير درجة ضبط الذات لدى الأطفال، كما تم إعداد تعليمات للإجابة توضح الهدف من المقياس وطريقة الإجابة (ملحق ١).

٥- التحقق من صدق المحتوى Content Validity، حيث تم عرض المقياس بصورته الأولية على السادة المحكمين من أساتذة علم نفس الطفل والصحة النفسية (ملحق ٢) لتقدير مدى مناسبة هذه العبارات لما تقيسه، ومناسبتها لطفل الروضة، ومدى جودة عبارات المقياس ووضوحها، والحكم على بدائل الاجابة ومناسبتها لصياغة العبارات وقد اقترح المحكمون بعض التعديلات في بعض عبارات المقياس لتكون العبارة أكثر فهما ووضوحا.

٦- تم إعداد المقياس بعد تعديل العبارات وفقا لآراء السادة المحكمين ووضع العبارات البديلة.

٧- تطبيق المقياس على عينة البحث، وقد تكونت من (٢٢٥) طفلا وطفلة تم اختيارهم عشوائيا من أطفال الروضة الملتحقين بالمستويين الأول والثاني من رياض الأطفال بروضات تجريبية تابعة لوزارة التربية والتعليم بمحافظة الاسكندرية (روضة ثروت التجريبية، وروضة زهران التجريبية). وقد راعت الباحثة سلامة جميع الأطفال عينة البحث من أي عيوب أو إعاقات جسمية ظاهرة، أو مشكلات نفسية قد تؤثر على نتائج القياس، وذلك بمساعدة معلمات هؤلاء الأطفال. ويوضح جدول (١) توزيع عينة الأطفال التي طبق عليها البحث وفقا للنوع والعمر،.و قد طلبت الباحثة من معلمة كل فصل

اختيار الأطفال ذوي الأرقام الفردية من كشوف الأطفال، وتم إعطاء كل معلمة عدد من المقاييس مساوي للعدد الذي تم اختياره من فصلها، وشرحت لها الباحثة طريقة ملئ الاستمارة المعطاه لها وفق ما تراه منطبق على الطفل.

جدول (١)

توزيع عينة الأطفال وفقا للنوع والعمر

البيان		العدد	النسبة المئوية %
النوع	بنين	٩٥	٤٢.٢٢
	بنات	١٣٠	٥٧.٧٨
المجموع		٢٢٥	١٠٠
العمر	أقل من ٥ سنوات	٨٢	٣٦.٤٤
	أكبر من ٥ سنوات	١٤٣	٦٣.٥٦
المجموع		٢٢٥	١٠٠

نتائج البحث وتفسيرها:

تم التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس ضبط الذات بحساب مؤشرات الصدق والثبات لعبارات المقياس، وحساب الاتساق الداخلي للمقياس، كما تم حساب المئينات لتحديد معايير المقياس والصفحة النفسية، وفيما يلي عرض لهذه الخصائص:

أولاً- مؤشرات الصدق Validity Indices:

تحققت الباحثة من توافر المؤشرات الآتيه للصدق:

١- صدق المحتوى Content Validity:

تم عرض المقياس بصورته الأولية على السادة المحكمين من أساتذة علم نفس الطفل والصحة النفسية، وتم اتفاقهم بنسب تراوحت

بين٨٣–١٠٠% على صلاحية العبارات من حيث صياغتها وملائمتها للبُعد الذي وضعت لقياسه، كما أسفرت نتائج التحكيم عن اتفاق المحكمين بنسبة ١٠٠% على مقياس التقدير الخماسي الموضوع أمام كل عبارة، وعلى وضوح تعليمات المقياس.

٢– الصدق العاملي:

أ– التحليل العاملى الاستكشافى Exploratory Factor Analysis:

تم استخدام أسلوب التحليل العاملى الاستكشافي للتحقق من الصدق العاملى لمقياس تقدير ضبط الذات لطفل الروضة عن طريق إخضاع مصفوفة الارتباطات بين عبارات المقياس (٥٩) عبارة لدى عينة الدراسة (٢٢٥) طفل وطفلة، فأسفر التحليل العاملى عن ظهور قيم شيوع لعدد (٤) عبارات أقل من (٠.٥)، حيث كانت قيم الشيوع أقل من (٠.٥) وتم حذفها، وأعيد إجراء التحليل العاملى على باقى العبارات وعددها (٥٥) عبارة، واتضح أن معاملات التحقق من كفاءة المعاينة Measures of Sampling Adequacy، والتي يطلق عليها "MSA"، (وهو الارتباط الجزئي) بعدد (٤) عبارات كانت على التوالى (٠.٦٨٤، ٠.٦٤١، ٠.٥٤٢، ٠.٦١٩) أى أقل من القيمة المتوسطة للقبول وهى (٠.٧) ولذا تم حذف العبارات، وأعيد إجراء التحليل العاملى مرة أخري وأتضح بعد التحقق من ارتفاع معاملات الارتباط المستقيم بين عبارات المقياس، وإجراء عدد من الاختبارات الأساسية للتحقق من صلاحية البيانات للتحليل العاملي باستخدام حزمة SPSS V23 وهى : اختبارات حساب محدد المصفوفة الارتباطية Determinant (IRI)،

فتبين أن مقداره (٠.٠٠٠٠٠٩) أي لا يساوي الصفر، مما يشير إلى أن مصفوفة معاملات الارتباط مصفوفة غير منفردة Non Singular، أي أن المصفوفة خالية من التكرار أو التداخل في عناصرها، بحيث لا يمكن رياضياً أن يكون أي صف (أو عمود) مشتقاً من أي صف (أو عمود) آخر. كما تم حساب معامل اختبار "بارتليت" Bartlett's test، فكان مقداره (٣٢٠٨.٨٨) وهو دال بدلالة لا تقل عن (٠.٠٠١)، مما يشير إلى أن المصفوفة الارتباطية ليست من نوع مصفوفة الوحدة Identity Matrix. بمعنى أنها ليست من نوع المصفوفات التي يكون فيها قيم العناصر القطرية مساوية للواحد الصحيح وبقية العناصر صفرية. كما تم حساب معامل "K M O" أو ما يطلق عليها معاملات "كايزر ماير أولكن"(Keiser-Meyer Olken) للتحقق من كفاءة سحب العينة، أو المعاينة Sampling Adequacy فكان مرتفعا (٠.٨٦٦)، ثم حُسبت معاملات التحقق من كفاءة المعاينة Measures of Sampling Adequacy، والتي يطلق عليها "MSA"، (وهو الارتباط الجزئي)، وذلك لكل مفردة، وتراوحت قيمها ما بين (٠.٧٧٢ إلى ٠.٨٨١)، وهى قيم مرتفعة.

وبذلك تم التحقق من صلاحية البيانات للتحليل العاملي، والذي تم حسابه بأسلوب المكونات الأساسيةComponents Principal، وقد أفضى إلى استخلاص ستة عوامل بعد تدوير المحاور تدويراً متعامداً بطريقة الفاريماكس Varimax. فكانت جميع التشبعات دالة (الحد المقبول للتشبع (٠.٣٠) وكانت عدد العوامل المستخلصة (٦) عوامل، وبذلك أصبح عدد العوامل المستخلصة والتى تشبعت على (٣) عبارات فأكثر (٦) عوامل قابلة للتفسير، وعدد العبارات (٥١) عبارة، وهذه

العوامل الستة جذورها الكامنة أكبر من الواحد الصحيح، وفسرت مجتمعة (٨٠.٤٠٢ %) من التباين الكلى بين عبارات المقياس.

جدول (٢)

يوضح مفردات المقياس التى تشبعت بالعوامل.

رقم العبارة	م	العبارات	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع	العامل الخامس	العامل السادس
٢	١	يجتهد الطفل لتحقيق أهداف بعيدة (كالحصول على مكافأة في نهاية الأسبوع)	٠.٦٠٣					
١٢	٢	يمكن للطفل أن يصبر للحصول على الأشياء، ولا يلح للحصول عليها فوريا	٠.٤٨٢					
١٦	٣	يقف الطفل فى الصف بصبر	٠.٤٩٧					
١٧	٤	يلتزم الطفل بالتحدث فى دوره	٠.٦٩٤					
١٨	٥	يجلس الطفل مستقر فى مكانة	٠.٧٧٣					
٢٦	٦	لا يقوم الطفل بعمل أشياء تؤذيه حتى وإن كانت ممتعه بالنسبة له	٠.٦٩٧					
٢٨	٧	يستطيع الطفل أن ينتظر لليوم التالي للحصول على مكافأة أكبر عوضا عن مكافأة صغيرة فى نفس اليوم	٠.٧٠٥					
٣٠	٨	لا ينتزع الطفل متعلقات أقرانه.	٠.٨٠٣					
٣٢	٩	لا يشترك الطفل فى الألعاب والأنشطة إلا إذا تمت دعوته.	٠.٧٧٤					
٤٠	١٠	يلتزم الطفل بأوقات تناول الطعام ولا يتناول الطعام خلسة حتى إذا كان يشعر بالجوع.	٠.٦٨٦					
٤١	١١	يستطيع الطفل أن يدخر مصروفه لعدة أيام لشراء شيء معين يحتاج لمبلغ يتعدى مصروفه اليومي.	٠.٦٩١					
٤٣	١٢	يتابع الطفل في نشاط الزراعة النبات الذي قام بزراعته في مراحل نموه ويرعاه دون ملل أو ضجر.	٠.٦٢٦					

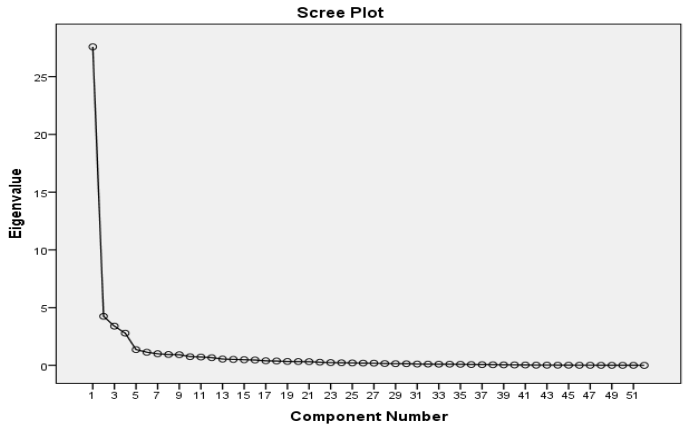
رقم العبارة	م	العبارات	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع	العامل الخامس	العامل السادس
٨	١٣	لا يرتكب الطفل أخطاء ناتجة عن التسرع فى العمل.		٠.٦٩٢				
١٠	١٤	ينتظر الطفل إجابة سؤاله دون القفز إلى أمر أو سؤال أخر قبل تلقي الإجابة.		٠.٧١٣				
١١	١٥	لا يقاطع الطفل حديث اخرين		٠.٨٢٦				
١٤	١٦	عند الإجابة على الأسئلة يعطي الطفل إجابة واحدة مدروسة بدلا من طرح عدة أجوبة دون تفكير.		٠.٦٩٢				
١٥	١٧	يفكر الطفل قبل التصرف.		٠.٦٣٩				
٢٥	١٨	لا يتعرض الطفل كثيرا للحوادث (السقوط – الارتطام....)		٠.٧١٤				
٤٤	١٩	يتمهل الطفل قبل الاقبال على تصرف قد تكون عواقبه غير سارة.		٠.٦٥٨				
٢٧	٢٠	يمكن أن يوصف الطفل بأنه حريص.		٠.٦٩٣				
٢٩	٢١	يفكر الطفل جيدا فى عواقب أفعاله		٠.٦٦١				
١	٢٢	يمكن الاعتماد على الطفل فى القيام بأمر وعد أن يقوم به			٠.٥٩٨			
٤٩	٢٣	يستاذن الطفل قبل دخول غرفة النشاط أو قاعة الفصل.			٠.٦٧٨			
٤٥	٢٤	يرفع الطفل يده مشيرا إلى رغبته في التحدث.			٠.٤٩٦			
١٣	٢٥	يتبع الطفل تعليمات الراشدين المسؤولين (المعلمة – المشرفة....)			٠.٥٧٠			
٢٠	٢٦	لا يتلفظ الطفل بألفاظ غير لائقة عند غضبه			٠.٦٣٧			
٣١	٢٧	لا يزعج الطفل الآخرين أثناء محاولتهم لقيام بشئ ما			٠.٦٨٢			
٣٣	٢٨	يلعب الطفل بشكل جيد مع الأقران (يتعاون – ينتظر دوره– يتبع التعليمات)			٠.٦٥٥			

رقم العبارة	م	العبارات	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع	العامل الخامس	العامل السادس
٣٤	٢٩	لا يعطل الطفل سير النشاط			٠.٦٨٤			
٣٧	٣٠	إذا أساء الطفل التصرف فإنه يفي بوعده بتحسين تصرفاته			٠.٦٨١			
٣٨	٣١	يبادر الطفل بالاعتذار حينما يسيئ السلوك			٠.٨٧١			
٤٧	٣٢	يحاول الطفل جاهدا انجاز المهام المكلف بها في الوقت المحدد.				٠.٧٢٤		
٥١	٣٣	يتقبل الطفل الخسارة في مواقف اللعب.				٠.٦١٦		
٧	٣٤	إذا كانت المهمة المطلوبة من الطفل صعبة فى بدايتها، فإنه لا يحبط ولا ينسحب منها.				٠.٧٧٥		
٣٥	٣٥	لا يطلب الطفل المساعدة فى مهمة صعبه إلا بعد أن يحاول جاهدا فى إنجازها				٠.٦٦٤		
٣٩	٣٦	يحتمل الطفل تأجيل تلبية طلبه أو رفضه				٠.٧١٥		
٤٦	٣٧	إذا لم ينجح الطفل في عمل ما، فإنه يكرر المحاولة ويحاول تغيير ما يلزم للنجاح في العمل.				٠.٦١٥		
٤٢	٣٨	ينهي الطفل ما بدأ به من أعمال حتى وإن كانت مرهقة أو صعبة.				٠.٤٨٩		
٥٠	٣٩	يحاول الطفل جاهدا التغلب على العقبات أو الصعاب في الأنشطة التنافسية.				٠.٤٥٩		
١٩	٤٠	يسهل تهدئة الطفل حينما يكون متحمسا.					٠.٦٨٤	
٢١	٤١	لا يلفظ الطفل بألفاظ غير لائقة عند غضبه					٠.٧٠٤	
٢٢	٤٢	لا يلقى الطفل بالأشياء ويقذفها عند غضبه					٠.٧١٧	
٢٣	٤٣	لا يفقد الطفل أعصابه بسهولة					٠.٦٣٩	
٢٤	٤٤	يقوم الطفل بالرد بشكل لائق عند توبيخه من قبل شخص راشد					٠.٥٢٢	
٣٦	٤٥	لا يدخل الطفل فى مجادلات ومشاحنات مع الأطفال الآخرين					٠.٦٠٨	

رقم العبارة	م	العبارات	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع	العامل الخامس	العامل السادس
٣٨	٤٦	لا يبالغ الطفل في الضحك على المواقف المضحكة بشكل يثير الاستياء.					٠.٥٧٧	
٣	٤٧	يبقى الطفل مستمرا فى العمل لإنجاز المهمة المطلوبة منه حتى وإن كانت غير سارة بالنسبة له.						٠.٥٨٩
٤	٤٨	ينجح الطفل فى إنجاز مهامه دوت الحاجة لوجود شخص راشد ويتأكد من إنجازه للعمل						٠.٦٩١
٥	٤٩	يركز الطفل انتباهه فيما يقوم به من عمل						٠.٦٩٥
٦	٥٠	ينفذ الطفل العمل المكلف به دون الحاجة إلى تذكيره عدة مرات						٠.٧١٩
٩	٥١	يركز الطفل في نشاط معين بدلا من التنقل من نشاط لآخر في نفس الوقت.						٠.٦٣٦
		الجذر الكامن	١١.٥٣	٩.٤٦	٨.٣٤	٥.٦١	٤.٠٨	١.٩٨٥
		نسبة التباين	٢٢.٦٠٨	١٨.٥٤٩	١٦.٣٥٣	١١.٠٠٠	٨.٠٠٠	٣.٨٩٢
		التراكمي	٢٢.٦٠٨	٤١.١٥٧	٥٧.٥١٠	٦٨.٥١٠	٧٦.٥١٠	٨٠.٤٠٢

ويتضح من جدول (٢) أن التحليل العاملي للعبارات قد اسفر عن ستة عوامل: الأول يتعلق بسيطرة الطفل على رغباته وتاجيل اشباعها، وتشبع عليه (١٢) عبارة، وتراوحت قيم التشبع بين (٠.٤٨٢ – ٠٨٠٣) وبلغ جذره الكامن (١١.٥٣) ويفسر (٢٢.٦٠٨%) من التباين، والعامل الثاني يتعلق بقدرة الطفل على التفكير قبل التصرف، وقد تشبع عليه (٩) عبارات، وتراوحت قيم التشبع بين (٠.٦٣٩ – ٠٨٢٦) وبلغ جذره الكامن (٩.٤٦) ويفسر(١٨.٥٤٩%) من التباين، والعامل الثالث يتعلق بقدرة الطفل على التصرف بشكل ملائم اجتماعيا، وتشبع عليه (١٠) عبارات، وتراوحت قيم التشبع بين (٠.٤٩٦ – ٠.٨٧١) وبلغ

جذره الكامن (٨.٣٤) ويفسر (١٦.٣٥٣) من التباين، والعامل الرابع يتعلق بقدرة الطفل على المثابرة وتحمل الإحباط، وتشبع عليه (٨) عبارات، وتراوحت قيم التشبع بين (٠.٤٥٩ – ٠.٧٧٥) وبلغ جذره الكامن (٥.٦١) ويفسر(١١.٠٠%)، والعامل الخامس يتعلق بقدرة الطفل على ضبط مشاعره وانفعالاته، وتشبع عليه (٧) عبارات، وتراوحت قيم التشبع بين (٠.٥٢٢ – ٠.٧١٧) وبلغ جذره الكامن (٤.٠٨) ويفسر (٨.٠٠%) من التباين، والعامل السادس يتعلق بقدرة الطفل على تركيز الانتباه وتشبع عليه (٥) عبارات، وتراوحت قيم التشبع بين (٠.٥٨٩ – ٠.٧١٩) وبلغ جذره الكامن (١.٩٨٥) ويفسر (٣.٨٩٢%) من التباين، وتفسر هذه العوامل مجتمعة (٨٠.٤ %) من تباين الدرجات الكلية للمقياس.



شكل (١)

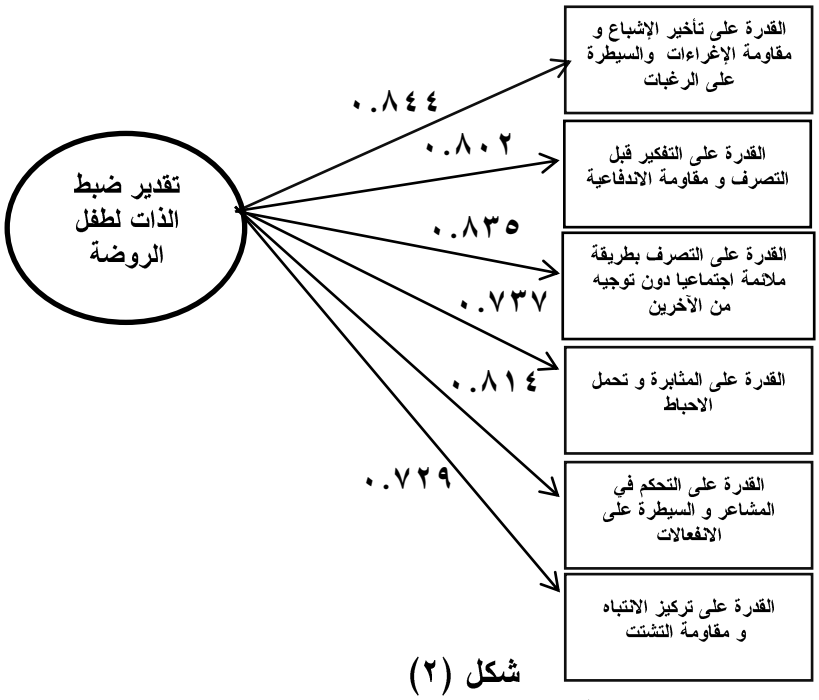
يوضح الرسم البياني للجذور الكامنة للأبعاد المكونة لمقياس تقدير ضبط الذات لطفل الروضة

ويوضح الشكل البيانى (١) الجذور الكامنة والذى يسمي باختبار الهضبة أو الحصاة، والإبقاء على العوامل التى تظهر في الجزء شديد

الانحدار من المنحني قبل أن يبدأ المنحنى في الاعتدال، وهذا المعيار كثيرا ما يعطي نتائج دقيقة أكثر من استخدام الجذر الكامن التى تزيد عن الواحد (صلاح أبو علام، ٢٠٠٩) والشكل السابق يوضح العامل المستخلص بهذا المحك.

(ب) الصدق العاملى التوكيدى Confirmatory Factor Analysis:

تم التحقق من صدق البناء الكامن (التحتى) لمقياس تقدير ضبط الذات لطفل الروضة لدى عينة الأطفال عن طريق نموذج العامل الكامن الواحد لدى العينة (ن=٢٢٥)، وذلك للتحقق من كون العوامل الستة تتشبع على عامل كامن واحد باستخدام برنامج ليزرال (٨.٨) Lisrel 8.8 ويوضح الشكل (٢) وجدولي (٣)،(٤) نتائج التحليل.



شكل (٢)

المسار التخطيطي لنموذج العامل الكامن الواحد لمقياس تقدير ضبط الذات لدى عينة الأطفال

يتضح من شكل (٢) أن جميع التشبعات ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠١)، حيث كانت قيم "ت" للتشبعات السابقة بين (٩.٣٨٩ إلى ١١.٧٨)، كما تشير مؤشرات حسن المطابقة RMSEA فى الجدول (٣) للنموذج الذى يوضح الشكل (٢) إلى وجود تطابق، حيث بلغت قيمة كا٢ (٠.١٧٥) وهى غير دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥)، كما كانت قيمة مؤشر حسن المطابقة أقل من (٠.٠٥)، وقيم مؤشرات حسن المطابقة AGFI, GFI, CFI, NNFI أكبر من (٠.٩) كما فى جدولي (٣)، (٤).

جدول (٣)

مؤشرات حسن المطابقة لنموذج العامل الواحد لمقياس تقديرضبط الذات لطفل الروضة

	المؤشر	قيمته	المدى المثالى
١	الاختبار الإحصائي كا٢ درجات الحرية مستوى دلالة كا٢	٠.١٧٥ ٥ ٠.٩٧٣	أن تكون قيمة كا٢ غير دالة إحصائيا
	مؤشر حسن المطابقة GFI	٠.٩٨٤	(صفر) إلى (١)
	مؤشر حسن المطابقة المصحح AGFI	٠.٩٩٦	(صفر) إلى (١)
	جذر متوسط خطأ الاقتراب RMSEA	٠.٠٧٢٩	٠.٠٥ فأقل
	مؤشر الصدق الزائف المتوقع للنموذج الحالي ECVI مؤشر الصدق الزائف المتوقع للنموذج المشبع	٠.١٣٧ ٠.١٩٢	أن تكون قيمة المؤشر للنموذج الحالى أقل من نظيرتها للنموذج المشبع
٨	مؤشر المطابقة المعياري NFI	٠.٩٨٧	(صفر) إلى (١)
٩	مؤشر المطابقة المقارن CFI	٠.٩٨١	(صفر) إلى (١)
١٠	مؤشر المطابقة النسبي RFI	٠.٩٩٤	(صفر) إلى (١)

جدول (٤)

نتائج التحليل العاملى التوكيدى لستة أبعاد على مقياس تقدير ضبط الذات لطفل الروضة (نموذج العامل الكامن الواحد)

البُعد	التشبع بالعامل الكامن الواحد	الخطأ المعياري لتقدير التشبع	قيمة "ت" ودلالتها الاحصائية
– القدرة على تأخير الإشباع ومقاومة الإغراءات والسيطرة على الرغبات.	٠.٨٤٤	٠.٠٨٢٦	**١٠.٢١٨
– القدرة على التفكير قبل التصرف ومقاومة الاندفاعية.	٠.٨٠٢	٠.٠٨٤٧	**٩.٤٦٩
– القدرة على التصرف بطريقة ملائمة اجتماعيا دون توجيه من الآخرين.	٠.٧٨٤	٠.٠٨٣٥	**٩.٣٨٩
– القدرة على المثابرة وتحمل الإحباط.	٠.٧٣٧	٠.٠٧٢١	**١٠.٢٢٢
– القدرة على التحكم في المشاعر والسيطرة على الانفعالات.	٠.٨١٤	٠.٠٦٩١	**١١.٧٨٠
– القدرة على تركيز الانتباه ومقاومة التشتت.	٠.٧٢٩	٠.٠٥٤	**١٣.٤٥٠

** دالة عند مستوى (٠.٠١)

يتضح من الجدول (٤) أن كل التشبعات أو معاملات الصدق دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١)، وهو ما يدل على صدق ابعاد مقياس تقديرضبط الذات.

كما يتضح من نتائج جدولي (٣)،(٤) أن نموذج العامل الكامن الواحد قد حظى على قيم جيدة لمؤشرات حسن المطابقة وأن معاملات الصدق الستة (التشبعات) دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١).

وهكذا يمكن القول أن نتائج التحليل العاملى التوكيدى قدمت دليلاً قوياً على صدق البناء التحتى أو الكامن لمقياس تقدير ضبط الذات لطفل الروضة، وأن الأبعاد الستة تنتظم حول عامل كامن واحد لمقياس تقدير ضبط الذات لطفل الروضة.

(جـ) صدق المقارنة الطرفية (صدق التمييز):

تم إجراء طريقة المقارنة الطرفية بين الإرباعي الأدني والإرباعي الأعلي لدرجات الأطفال، ولاستخراج القوة التمييزية للمقياس استخدمت الباحثة الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لإيجاد دلالة الفروق بين الإرباعيين الأعلى والأدنى، ويوضح جدول (٥) نتائج صدق المقارنة الطرفية.

جدول (٥)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة "ت" للإرباعي الأدني والإرباعي الأعلي للدرجة الكلية لمقياس تقدير ضبط الذات لطفل الروضة

	الارباعي الأدني (ن=٦١)		الإرباعي الأعلي (ن=٦١)	
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"
	١٦٩.٨٥	٧.٦٣	١٨٦.٥	٧.٩٦	١١.٨٢

ت (١٢٠، ٠.٠١) =٢.٦١٧.

يتضح من جدول (٥) وجود فرق دال احصائيا عند مستوى معنوية (٠.٠١) بين الإرباعي الأدني والإرباعي الأعلي مما يدل على قدرة المقياس على التمييز بين استجابات أفراد العينة.

ويمكن القول في ضوء ما سبق أن المقياس يتمتع بمؤشرات صدق جيدة وهو ما يجيب عن السؤال الأول للبحث.

ثانياً: مؤشرات الثبات Reliability Indices:

تم التأكد من ثبات عبارات المقياس وكذلك ثبات الأبعاد بطريقتين، أولهما ثبات ألفا – كرونباك (α) Cronbach's alpha، والثانية هي الثبات بطريقة التجزئة النصفية.

ثبات عبارات أبعاد المقياس:

تم حساب ثبات عبارات مقياس تقدير ضبط الذات لطفل الروضة بطريقة ألفا– كرونباك كما يتضح من جدول (٦).

جدول (٦)

معاملات ثبات ألفا لمفردات أبعاد المقياس بطريقة ألفا– كرونباك

الأول		الثاني		الثالث		الرابع		الخامس		السادس	
رقم العبارة	معامل الثبات	رقم العبارة	معامل الثبات	رقم العبارة	معامل الثبات	رقم العبارة	معامل الثبات	رقم العبارة	معامل الثبات	رقم العبارة	معامل الثبات
١	٠.٨٢٧	١٣	٠.٧٦١	٢٢	٠.٨٠٩	٣٢	٠.٨٤٩	٤٠	٠.٨١٦	٤٧	٠.٧٦٧
٢	٠.٨١٥	١٤	٠.٧٩١	٢٣	٠.٨٠٦	٣٣	٠.٨٤٣	٤١	٠.٨١٦	٤٨	٠.٨٠٥
٣	٠.٨٠٣	١٥	٠.٧٥٨	٢٤	٠.٨٠٩	٣٤	٠.٨٤٥	٤٢	٠.٨٠٧	٤٩	٠.٨١٧
٤	٠.٨٤٦	١٦	٠.٨١٥	٢٥	٠.٨٠٩	٣٥	٠.٨٣٨	٤٣	٠.٨٠٥	٥٠	٠.٨٢٢
٥	٠.٨٣٧	١٧	٠.٨١٣	٢٦	٠.٧٩٤	٣٦	٠.٨٥٤	٤٤	٠.٨١٦	٥١	٠.٨٠٦
٦	٠.٨٢٨	١٨	٠.٨١٠	٢٧	٠.٨٢٥	٣٧	٠.٨٤٤	٤٥	٠.٨١٩		
٧	٠.٨٢٤	١٩	٠.٨٠٩	٢٨	٠.٧٦٣	٣٨	٠.٨١١	٤٦	٠.٨٤٧		
٨	٠.٨٤٦	٢٠	٠.٨٠٤	٢٩	٠.٦٧٤	٣٩	٠.٨٤٣				
٩	٠.٨٢٦	٢١	٠.٨٢٧	٣٠	٠.٨٠٣						
١٠	٠.٨٣١			٣١	٠.٧٩٥						
١١	٠.٨٢١										
١٢	٠.٨١٣										

يتضح من جدولى (٦)،(٧) أن معاملات ثبات مفردات أبعاد المقياس معاملات ثبات مقبولة، وأن معامل ألفا لكل عبارة أقل من معامل ألفا الكلي للمحور الذى تنتمي إليه العبارة أي أن جميع العبارات ثابتة، حيث أن تدخل العبارة لا يؤدى إلى خفض معامل الثبات الكلي للبُعد، وقد بلغ معامل الثبات الكلي للمقياس (٠.٨٧٧).

ثبات أبعاد المقياس:

تم التأكد من ثبات أبعاد المقياس بطريقتين، وهما الثبات بطريقة ألفا– كرونباك، والثبات بطريقة التجزئة النصفية بعد تطبيق معادلة

سبيرمان براون على معامل الارتباط بين نصفي العبارات ويوضحه جدول (٧).

جدول (٧)

معاملات ثبات أبعاد المقياس بطريقتي ألفا– كرونباك والتجزئة النصفية

أبعاد المقياس	معامل ثبات الفا	التجزئة النصفية	
		معامل الارتباط	معامل سبيرمان
القدرة على تأخير الإشباع ومقاومة الإغراءات والسيطرة على الرغبات.	٠.٨٦٦	٠.٨٠١	٠.٨٩٠
القدرة على التفكير قبل التصرف ومقاومة الاندفاعية.	٠.٨٧١	٠.٧٨٦	٠.٨٨٠
القدرة على التصرف بطريقة ملائمة اجتماعيا دون توجيه من الآخرين.	٠.٨٥٩	٠.٧٤٩	٠.٨٥٦
القدرة على المثابرة وتحمل الاحباط.	٠.٨٥٤	٠.٧٨٦	٠.٨٨٠
القدرة على التحكم في المشاعر والسيطرة على الانفعالات.	٠.٨٦١	٠.٨٠٤	٠.٨٩١
القدرة على تركيز الانتباه ومقاومة التشتت.	٠.٨٥٧	٠.٧٦٣	٠.٨٦٦
الدرجة الكلية	٠.٨٧٧	٠.٨١١	٠.٨٩٦

يتضح من جدول (٧) أن قيم معاملات ثبات ألفا– كرونباك لكل بُعد على حده قيم أكبر من معاملات ثبات ألفا لعبارات البُعد الذى تنتمي إليه العبارة، أي أن كل عبارات المقياس ثابتة وأن حذف أي عبارة يؤثر سلبا على المقياس، وأن قيم معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية قيم مرتفعة وأن معامل الثبات الكلي بطريقة الفا– كرونباك بلغت (٠.٨٧٧) وتدل على ثبات المقياس.

وهكذا يتضح في ضوء ما سبق أن المقياس يتمتع بالثبات وهو ما يجيب عن السؤال الثاني للبحث.

ثالثا: الاتساق الداخلي Internal consistency:

تم التأكد من الاتساق الداخلي لعبارات المقياس مع البُعد الذى تنتمي إليه العبارة بحساب معامل الارتباط بين درجة العبارة ودرجة البُعد الذى تنتمي إليه العبارة وحساب معامل الارتباط بين أبعاد المقياس بعضها البعض وبين كل منها والدرجة الكلية ويوضحها جدول (٨).

جدول (٨)

معاملات الارتباط بين درجة العبارة ودرجة البُعد الذى تنتمي إليه العبارة (ن=٢٢٥)

الأول		الثاني		الثالث		الرابع		الخامس		السادس	
رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
١	٠.٦٢٦	١٣	٠.٧٤٩	٢٢	٠.٦٦٩	٣٢	٠.٦٥٢	٤٠	٠.٧٨١	٤٧	٠.٦٣٧
٢	٠.٦١٦	١٤	٠.٧٨٦	٢٣	٠.٤٣٤	٣٣	٠.٦٣٣	٤١	٠.٧٦٩	٤٨	٠.٦١٢
٣	٠.٧٧٥	١٥	٠.٧٢٨	٢٤	٠.٤٣٩	٣٤	٠.٦٠٩	٤٢	٠.٦٩٤	٤٩	٠.٦٣٧
٤	٠.٦٦٤	١٦	٠.٦٤١	٢٥	٠.٦٧٧	٣٥	٠.٦١١	٤٣	٠.٦١٩	٥٠	٠.٦٢٩
٥	٠.٧١٥	١٧	٠.٥٧٣	٢٦	٠.٦٧٤	٣٦	٠.٦٥٣	٤٤	٠.٥٨٨	٥١	٠.٦٣٣
٦	٠.٦٥٨	١٨	٠.٦٣١	٢٧	٠.٥٦٤	٣٧	٠.٦٨٢	٤٥	٠.٦٨٣		
٧	٠.٦٩١	١٩	٠.٥٢٩	٢٨	٠.٦٧٤	٣٨	٠.٧٢٢	٤٦	٠.٧٤٦		
٨	٠.٦٩٥	٢٠	٠.٦٢٨	٢٩	٠.١٢٧	٣٩	٠.٧٣٨				
٩	٠.٧١٩	٢١	٠.٦٧٣	٣٠	٠.٦٠٠						
١٠	٠.٦٣٦			٣١	٠.٧٠٦						
١١	٠.٦٩٢										
١٢	٠.٦٣٧										

ر(٠.٠١، ٢٢٤) =٠.١٦٣

يتضح من جدول (٨) أن قيم معاملات الارتباط بين درجة العبارة ودرجة البُعد الذى تنتمي إليه العبارة هي قيم أكبر من القيمة الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠١) مما يدل على الاتساق الداخلي بين درجة العبارة ودرجة البُعد الذى تنتمي إليه العبارة.

كما تم حساب معاملات الارتباطات البينية بين الأبعاد بعضها البعض وبين كل منها والدرجة الكلية ويوضحه جدول (٩).

جدول (٩)

معاملات الارتباطات البينية لمحاور مقياس تقدير ضبط الذات لطفل الروضة والدرجة الكلية

م	البُعد	١	٢	٣	٤	٥	٦
١	القدرة على تأخير الإشباع ومقاومة الإغراءات والسيطرة على الرغبات.	–					
٢	القدرة على التفكير قبل التصرف ومقاومة الاندفاعية.	٠.٧٦٩	–				
٣	القدرة على التصرف بطريقة ملائمة اجتماعيا دون توجيه من الآخرين.	٠.٨٢٤	٠.٧٦٩	–			
٤	القدرة على المثابرة وتحمل الإحباط.	٠.٦٩٨	٠.٨٢٤	٠.٨٠٤	–		
٥	القدرة على التحكم في المشاعر والسيطرة على الانفعالات.	٠.٧٩٨	٠.٧٩١	٠.٧٣٩	٠.٧٦٩	–	
٦	القدرة على تركيز الانتباه ومقاومة التشتت.	٠.٧٦٦	٠.٨٠٨	٠.٨١٤	٠.٨٥٤	٠.٨٢٢	–
٧	الدرجة الكلية	٠.٨٠٤	٠.٧٨٨	٠.٧٨٢	٠.٧٦٣	٠.٧٩٨	٠.٨٠٦

ر(٠.٠١،٢٢٤) =٠.١٦٣

يتضح من جدول (٩) أن قيم معاملات الارتباط المحسوبة أكبر من القيمة الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠١) مما يدل على قوة العلاقة بين أبعاد المقياس بعضها البعض وبين كل منها والدرجة الكلية وأنها تقيس سمة واحدة، مما يشير إلى أن المقياس يتمتع بالاتساق الداخلي وهو ما يجيب عن السؤال الثالث للبحث.

و هكذا يتضح في ضوء ما سبق أن المقياس يتمتع بخصائص سيكومترية جيدة.

رابعا: المعايير Norms:

وللإجابة عن السؤال الرابع للبحث والمتعلق بإمكانية وضع معايير مئينية للمقياس، فقد تم اشتقاق المئينات Percentiles كمعايير للدرجات الخام للدرجة الكلية لمقياس تقدير ضبط الذات لدى طفل الروضة وذلك لإعطاء صورة واضحة عن مركز الطفل النسبي في المجموعة التي ينتمي إليها، والجدول (١٠) يوضح الدرجات الخام ومقابلاتها من المئينات.

جدول (١٠)

يوضح الدرجات الخام ومقابلاتها من المئينات لمقياس تقدير ضبط الذات لدى طفل الروضة

المئينيات	٥	١٠	١٥	٢٠	٢٥	٣٠	٣٥	٤٠
الدرجة الخام	١٠٦.٣	١١٢.٦	١١٦.٠	١٢٢.٠	١٢٥.٠	١٣٤.٨	١٤٩.١	١٥٤.٠

٤٥	٥٠	٥٥	٦٠	٦٥	٧٠	٧٥	٨٠	٨٥	٩٠	٩٥٠	١٠٠
١٥٧.٧	١٦١.٠	١٦٥.٠	١٦٩.٠	١٧٢.٠	١٧٤.٢	١٧٨.٥	١٨٢.٨	١٨٨.٢	٢٠٨.٨	٢١٨.٧	٢٤٥.٠

الصفحة النفسية لمقياس تقدير ضبط الذات لدى طفل الروضة:

في ضوء المعايير المئينية التي تم التوصل إليها في جدول (١٠)، تقترح الباحثة تقسيم مستوى ضبط الذات إلى خمسة مستويات (منخفض جداً، منخفض، متوسط، مرتفع، مرتفع جداً)، يقع في المستوى المنخفض جدا الأطفال الحاصلين على المئين (٢٠) فأقل، ويقع في المستوى المنخفض الأطفال الذين تتراوح مئيناتهم بين المئين (٢١-

٣٩)، ويقع في المستوى المتوسط الأطفال الذين تتراوح مئيناتهم بين (٤٠-٥٩)، ويقع في المستوى المرتفع الأطفال الذين تتراوح مئيناتهم بين (٦٠-٧٩)، بينما يقع في المستوى المرتفع جدا الأطفال الحاصلين على المئين (٨٠) فأكثر. ووفقا لهذه المستويات الخمسة تم تصميم صفحة نفسية للمقياس، والجدول (١١) يوضح الصفحة النفسية للمقياس.

جدول (١١)

يوضح الصفحة النفسية للمقياس

المئينات	منخفض جدا	منخفض	متوسط	مرتفع	مرتفع جدا
	٢٠ فأقل	٢١-٣٩	٤٠-٥٩	٦٠-٧٩	٨٠ فأكثر
الدرجات الخام	١٢٢ فأقل	١٢٣-١٥٣	١٥٤-١٦٨	١٦٩- ١٧٨	١٨٢ فأكثر

وفيما يتعلق بالسؤال الخامس للبحث: ما مستوى ضبط الذات لدى أطفال الروضة بتقدير المعلمات؟ فللإجابة عن هذا السؤال فقد تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمحاور مقياس تقدير ضبط الذات لطفل الروضة والدرجة الكلية، ويوضح ذلك جدول (١٢).

جدول (١٢)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لأبعاد مقياس تقدير ضبط الذات لطفل الروضة بتقدير المعلمات والدرجة الكلية

أبعاد المقياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
القدرة على تأخير الإشباع ومقاومة الإغراءات والسيطرة على الرغبات.	٢.٤٥٢	١.٠٥
القدرة على التفكير قبل التصرف ومقاومة الاندفاعية.	٢.٥٧٦	٠.٨٤
القدرة على التصرف بطريقة ملائمة اجتماعيا دون توجيه من الآخرين..	٢.٣٩٦	٠.٩٦
القدرة على المثابرة وتحمل الإحباط.	٢.٤٧٥	٠.٨٨
القدرة على التحكم في المشاعر والسيطرة على الانفعالات.	٢.٤٩٦	١.٠٩
القدرة على تركيز الانتباه ومقاومة التشتت.	٢.٤٢١	١.١١
الدرجة الكلية	٢.٤٦٩	٠.٩٧

كما تم حساب المتوسط الحسابي الموزون (المرجح) Weighted Mean وذلك لمعرفة مدى ارتفاع أو انخفاض استجابات عينة البحث على كل بعد من أبعاد المقياس وللدرجة الكلية، فتم حساب المدى(٥-١=٤)، ثم تقسيمه على عدد خلايا المقياس للحصول على طول الخلية الصحيح أي(٤/٥= ٠.٨٠) بعد ذلك تم إضافة هذه القيمة إلى أقل قيمة في المقياس (أو بداية المقياس وهي الواحد الصحيح) وذلك لتحديد الحد الأعلى لهذه الخلية، وهكذا أصبح المتوسط الحسابي الموزون للمقياس كالآتي:

- من ١- ١.٨٠ (ضعيف جداً).
- من ١.٨١- ٢.٦٠ (منخفض).
- من ٢.٦١- ٣.٤٠ (مقبول).
- من ٣.٤١- ٤.٢٠ (مرتفع).
- من ٤.٢١- ٥.٠٠ (مرتفع جداً).

وبمقارنة المتوسط الحسابي لدرجات الأطفال في أبعاد مقياس تقدير ضبط الذات وللدرجة الكلية بالمتوسط الحسابي الموزون للمقياس يتبين أن مستوى ضبط الذات لدى أطفال الروضة تبعا لتقدير المعلمة فى المستوى المنخفض وهو ما يجيب عن السؤال الخامس للبحث، ويوضحه جدول (١٢).

ويمكن تفسير انخفاض مستوى ضبط الذات لدى أطفال الروضة في ضوء ما يلي:

على الرغم من أن الدراسات أثبتت أن الأطفال يأتون إلى الروضة وهم مزودين بالاستعداد لضبط لذات (Kochanska &

Murray, 2000; Moffitt et al, 2011; Putnam & Stifter, (2002؛ إلا أن الباحثة قد لاحظت أن المعلمات لا يعملن على رعاية هذا الاستعداد وتنميته، بل على العكس، فقد لاحظت الباحثة من خلال زياراتها المتكررة للروضات بحكم عملها، أن المعلمات يحولن وجهة الضبط عند الأطفال إلى وجهة ضبط خارجية من خلال اعتمادهن على أساليب العقاب فقط للتغلب على أي سلوك غير مرغوب قد يبدر من الطفل.

أن مشاهدة الطفل نماذج غير منضبطة كالآباء أو المعلمات أو حتى الرفاق قد يشجع ويعزز سلوك عدم الانضباط، فافتقاد القدوة في الأب أو الأم أو المعلمة الذي يفقد أي منهم السيطرة على نفسه وبشدة وربما لأمور لا تستحق، ولا يستطيع ضبط نفسه، هذا النموذج يستدعى وبشدة تقليد الطفل له ومحاكاته لهذه القدوة السيئة، لذا فضبط الذات لدى النماذج التي يقتدي بها الطفل هو أحسن الضمانات لنشأة ضبط الذات لديه.

بعض أساليب التنشئة الخاطئة كأسلوب التدليل المُفرَط في التربية، والذي يسوق الطفل إلى تحقيق رغباته كلها دون ممانعة، قد يؤدي إلى فقد الطفل السيطرة على النفس إذا لم تحقق له رغباته.

وفيما يتعلق بالسؤال السادس: هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الاستجابات على مقياس تقدير ضبط الذات لدى أطفال الروضة تعزى لمتغير النوع (ذكور، إناث)؟

فللإجابة عن هذا السؤال تم استخدام اختبار "ت" للعينات المستقلة ويوضحه جدول (١٣).

جدول (١٣)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات الذكور والإناث على أبعاد مقياس تقدير ضبط الذات لطفل الروضة والدرجة الكلية

أبعاد مقياس ضبط الذات لدى أطفال الروضة	ذكور (ن=٩٥)		إناث (ن=١٣٠)		قيمة "ت"
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
القدرة على تأخير الإشباع ومقاومة الإغراءات والسيطرة على الرغبات.	٢.٢٩	١.٠٨	٢.٥٧	٠.٧٩	٢.٢٥
القدرة على التفكير قبل التصرف ومقاومة الاندفاعية.	٢.٣٨	٠.٧٦	٢.٧٢	٠.٨٢	٣.١٧
القدرة على التصرف بطريقة ملائمة اجتماعيا دون توجيه من الآخرين.	٢.٢٤	٠.٩٤	٢.٥١	١.٠٢	٢.٠٣
القدرة على المثابرة وتحمل الإحباط.	٢.٢٩	٠.٨٢	٢.٦١	٠.٨٤	٢.٨٥
القدرة على التحكم في المشاعر والسيطرة على الانفعالات.	٢.١٩	١.١٥	٢.٧٢	١.٢١	٣.٣١
القدرة على تركيز الانتباه ومقاومة التشتت.	٢.١٩	١.٢٨	٢.٥٩	٠.٩٤	٢.٧٠
الدرجة الكلية	٢.٢٦٣	١.٢٧	٢.٦٢	٠.٩٦	٢.٤٠

ت (٢٢٣، ٠.٠٥) =١.٩٨، ت (٢٢٣، ٠.٠١) =٢.٥٨

يتضح من جدول (١٣) وجود فرق دال إحصائيا عند مستوى معنوية (٠.٠٥) بين البنين والبنات في درجات أبعاد: القدرة على تأخير الإشباع ومقاومة الإغراءات والسيطرة على الرغبات، القدرة على تركيز الانتباه ومقاومة التشتت، والدرجة الكلية لمقياس تقدير ضبط الذات لطفل الروضة وذلك في صالح البنات، كما يتضح وجود فرق دال إحصائيا عند مستوى معنوية (٠.٠١) بين البنين والبنات في درجات أبعاد: القدرة على المثابرة وتحمل الإحباط، القدرة على التفكير قبل التصرف ومقاومة الاندفاعية، القدرة على التحكم في المشاعر والسيطرة على الانفعالات، القدرة على التصرف بطريقة ملائمة اجتماعيا دون توجيه من الآخرين،

وذلك لصالح البنات أيضا، مما يشير إلى تفوق البنات عموما على البنين في ضبط الذات، وهو ما يجيب عن السؤال السادس للبحث، ويتفق ذلك مع نتائج دراسات (Kendall & Wilcox, 1979; Kochanska, Coy & Murray, 2001; Ta0, Wang, Fan & Gao, 2014; Yang & Song, 2003; Zhang, Liang, Chen & Zhang, 2012) والتي أشارت إلى أن ضبط الذات لدى البنات في مرحلة ما قبل المدرسة أفضل منه لدى البنين.

وقد يرجع ذلك إلى أن الإناث عموما أكثر صبرا من الذكور، كما قد يرجع ذلك إلى أنماط التنشئة الاجتماعية والتي تربي الإناث على الطاعة والامتثال وتفرض قيودا على الإناث أكثر مما تفرض على الذكور. كما يُسمح للذكور بممارسة الكثير من السلوكيات التي تعتبر ممنوعة على الإناث الأمر الذي يوفر بيئة مناسبة لارتكاب السلوك غير المدروس عند الذكور أكثر من الإناث، وتتدرب الاناث مبكرا على الالتزام بالقواعد.

وهو ما يتفق مع المدرسة السلوكية، ومدرسة التعلم الاجتماعي من أن ضبط الذات ينتج عن جهود التنشئة الإجتماعية (Bronson, 2000).

وفيما يتعلق بالسؤال السابع: هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الاستجابات على مقياس تقدير ضبط الذات لدى طفل الروضة تعزى لمتغير العمر؟

فللإجابة عن هذا السؤال تم استخدام اختبار "ت" للعينات المستقلة ويوضحه جدول (١٤).

جدول (١٤)

يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات أبعاد مقياس تقدير ضبط الذات لدى أطفال الروضة والدرجة الكلية تبعا للعمر الزمنى

محاور مقياس ضبط الذات لدى أطفال الروضة	أقل من (٥ سنوات) (ن=٨٢)		أكبر من (٥ سنوات) (ن=١٤٣)		قيمة "ت"
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
القدرة على تأخير الإشباع ومقاومة الإغراءات والسيطرة على الرغبات	٢.١٩	٠.٨٥	٢.٦١	٠.٨٩	٣.٤٦
القدرة على التفكير قبل التصرف ومقاومة الاندفاعية	٢.٣٧	٠.٧٩	٢.٦٨	٠.٧٥	٢.٩٣
القدرة على التصرف بطريقة ملائمة اجتماعيا دون توجيه من الآخرين	٢.١٨	١.٠٦	٢.٦٤	٠.٨٨	٣.٥٠
القدرة على تركيز الانتباه ومقاومة التشتت	٢.٢٤	٠.٩٢	٢.٤٨	١.١٥	١.٦٢
القدرة على التحكم في المشاعر والسيطرة على الانفعالات	٢.٣٧	١.١٣	٢.٥٦	١.٠٨	١.٢٥
لقدرة على المثابرة وتحمل الإحباط	٢.٢٨	١.٠٨	٢.٥١	١.١٢	١.٥٠
الدرجة الكلية	٢.٢٧٢	١.١١	٢.٦٥٥	٠.٨٧	٢.٨٧

ت (٢٢٣، ٠.٠٥) =١.٩٨، ت (٢٢٣، ٠.٠١) =٢.٥٨

يتضح من جدول (١٤) وجود فرق دال إحصائيا عند مستوى معنوية (٠.٠١) بين الأطفال الأصغر عمرا (أصغر من ٥ سنوات)، والأطفال الأكبر عمرا (أكبر من ٥ سنوات)، في درجات أبعاد: القدرة على تأخير الإشباع ومقاومة الإغراءات والسيطرة على الرغبات، القدرة على التفكير قبل التصرف ومقاومة الاندفاعية، القدرة على التصرف

بطريقة ملائمة اجتماعيا دون توجيه من الآخرين، وفي الدرجة الكلية لمقياس تقدير ضبط الذات لدى أطفال الروضة لصالح الأطفال الأكبر، مما يجيب عن السؤال السابع للبحث، ويتفق مع نتائج دراسات (Tao, Wang, Fan & Gao, 2014; Yang & Song, 2003)، والتي توصلت إلى أن قدرة الأطفال على ضبط الذات تتحسن بالتقدم في العمر، كما تتفق تلك النتيجة مع ما أشار له (Bronson, 2000) من أن ضبط الذات يصبح أكثر تطورا فيما بين السادسة والثامنة من العمر، ويصبح لدى الأطفال سيطرة اكثر وعيا على السلوك.

التوصيات:

١- إن تمتع المقياس الذي تم إعداده في هذا البحث بمؤشرات سيكومترية جيدة يسمح باستخدامه في مجالات الدراسة والبحث النفسي في تعرف مستوى ضبط الذات لدى الأطفال، وعما إذا كانوا بحاجة إلى برامج معينة لتحسين مستوى ضبط الذات لديهم، لذا توصي الباحثة باستخدامه في:

- تعرف مستوى ضبط الذات لدى أطفال حتى سبع سنوات ونصف وهي محددات عينة البحث.
- تعرف فعالية منهج النشاط في الروضة في تنمية ضبط الذات لدى أطفال الروضة.
- تعرف فعالية البرامج والأنشطة المقدمة من المعلمات أو أولياء الأمور أو الباحثين لتدريب أطفال الروضة على ضبط الذات.

٢- ضرورة تدريب معلمات رياض الأطفال على تصميم وتطبيق أنشطة وبرامج لتدريب الأطفال على ضبط الذات.

٣- توجيه الباحثين إلى ضرورة الاهتمام بتنمية ضبط الذات لدى طفل الروضة للوقاية من والتغلب على المشكلات السلوكية التي قد تواجه أولياء الأمور والمعلمات أثناء تعليم الطفل وتربيته.

٤- ضرورة وجود درجة مرتفعة من ضبط الذات لدى النماذج التي يقتدي بها الطفل، حتى تنشأ لدية قدرة جيدة على ضبط الذات، من خلال محاكاته لتلك النماذج.

- المراجع:

- إبراهيم باجس معالي (٢٠١٥). فاعلية برنامج تدريبي في تحسين الضبط الذاتي وخفض العزلة لدى الطلبة المراهقين. مجلة دراسات. العلوم الإنسانية والاجتماعية. الجامعة الأردنية. ٤٢(١). ٧٩-٩٠.
- إيان موريس (٢٠١٥). تعلم ركوب الأفيال: تدريس السعادة والعافية في المدارس. تعريب: داود سليمان القرنة. الرياض. العبيكات للنشر.
- حمدي محمد ياسين (٢٠١٠). الثقة بالنفس وضبط الذات لدى الموهوبين والعاديين. مجلة دراسات الطفولة. ١٣(٤٦). ١٨٩-٢١١.
- صلاح الدين أبو علام (٢٠٠٩). التحليل الإحصائي للبيانات باستخدام برنامج SPSS. ط٢. القاهرة: دار النشر للجامعات.
- علي عبد الله إبراهيم (٢٠٠٠). برنامج إرشادي لتنمية فعالية الذات والضبط الذاتي للحد من سلوك التدخين لدى عينة من المراهقين. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية. جامعة الزقازيق.
- هاني السيد العزب (٢٠١٥). القائد الصغير: ضرورة لبناء مستقبل جديد. القاهرة : المجموعة العربية للتدريب والنشر.
- يسري أحمد سيد (٢٠١٢). فعالية التدريب على استراتيجية ضبط الذات في خفض مستوى الشعور بالإحباط لدى عينة من التلاميذ ذوي صعوبات التعلم. مجلة كلية التربية. جامعة عين شمس ٣٦(٢). ٧٤٥-٧٩٥.
- Anderson, Peter (2002). Assessment and Development of Executive Functioning (EF) in Childhood. Child Neuropsychology. 8 (2), 71–82. doi:10.1076/chin.8.2.71.8724.

- **Anderson, Vicki; Zelazo, Philip (2010). Development of Executive Function Through Late Childhood and Adolescence in an Australian Sample. Developmental Neuropsychology, 20(1), 385-406. doi: 10.1207/ S15326942DN2001_5.**
- **Barratt, Ernest (1985). Impulsive Subtraits: Arousal and Information Processing. In J. T. Spence & C. E. Izard (Eds.), Motivation, emotion, and personality (pp. 137-146), North Holland: Elsevier Science Publishers.**
- **Baumeister, Roy; Vohs, Kathleen & Tice, Dianne (2007). the Strength Model of Self-Control. Current Directions in Psychological Science, 16(6), 351-355. doi: 10.1111/ j.1467-8721.2007.00534.x.**
- **Benda, Brent (2005). The Robustness of Self-Control in Relation to Form of Delinquency. Youth & Society, 36, 418-444. doi: 10.1177/ 0044118X04268071.**
- **Best, John; Miller, Patricia; Jones, Lara (2009). Executive functions after age 5: Changes and correlates. Developmental Review. 29 (3), 180–200. doi:10.1016/j.dr.2009. 05.002.**
- **Blair, Clancy; Razza, Rachel (2007). Relating Effortful Control, Executive Function. and False Belief Understanding to Emerging Math and Literacy Abilities in Kindergarten. Child Development, 78, 647-663.**
- **Bodrova, Elena & Leong, Deborah (2007). Tools of the Mind: The Vygotskian Approach to Early Childhood Education. 2nd Ed. New Jersey: Pearson Education, Inc.**
- **Bodrova, Elena & Leong, Deborah (2008). Developing Self-Regulation in Kindergarten.**

Beyond the Journal. Young Children on the Web, the National Association for the Education of Young Children, 1-3. Retrieved from http://www.journal.naeyc.org/about/ permissions.asp.

- Bradley, Raymond; Atkinson, Mike; Rees, Robert; Tomasino, Dana & Galvin, Patrick (2009). Facilitating emotional self-regulation in preschool children: Efficacy of the early heart smarts program in promoting social, emotional and cognitive development. Retrieved from http:// www.heart math.org.
- Bridgett, D. J., Gartstein, M. A., Putnam, S. P., Lance, K. O., Iddins, E., Waits, R., Vanvleet J, Lee, L. (2011). Emerging effortful control in toddlerhood: the role of infant orienting /regulation, maternal effortful control, and maternal time spent in caregiving activities. Infant Behavior and Development, 34(1), 189-199. doi:10.1016/ j.infbeh. 2010.12.008.
- Bronson, Martha (2000). Self-Regulation in Early Childhood: Nature and Nurture. New York: The Guilford Press.
- Carducci, Bernardo J. (2015). Psychology of Personality: Viewpoints, Research, and Applications. 3rd Ed., U k: Wiley Blackwell.
- Chan, Raymond; Shum, David; Toulopoulou ,Timothea & Chen, Eric (2008). Assessment of executive functions: review of instruments and identification of critical issues. Archives of Clinical Neuropsychology: the Official Journal of the National Academy of Neuro-

psychologists, 23 (2): 201–216. doi.org/10.1016/j.acn.2007. 08.010

- Coutlee ,Christopher ; Cary, Politzer; Hoyle , Rick & Huettel, cott (2014). An Abbreviated Impulsiveness Scale (ABIS) Constructed through Confirmatory Factor Analysis of the BIS-11. Archives of Scientific Psychology, 14; 2(1), 1–12.doi: 10.1037/arc0000005
- De Ridder, Denise; Lensvelt-Mulders, Gerty; Finkenauer, Catrin; Stok, Marijn & Baumeister, Roy (2012). Taking stock of self-control: A meta-analysis of how trait self-control relates to a wide range of behaviors. Personality and Social Psychology Review, 16(1), 76-99.doi.org/10.21742/asehl.2016.5.22
- Diamond, Adele; Barnett, Steven; Thomas, Jessica & Munro, Sarah (2007). Preschool program improves cognitive control. Science, 318(5855), 1387-1388. doi: 10.1126/science.1151148
- Diamond,Adele (2013).Executive functions.Annual Review of Psychology.64,135–168. doi:10. 1146/annurev-psych-113011-143750
- Doerr, Celeste & Baumeister, Roy (2010). Self-Regulatory Strength and Psychological Adjustment: Implications of the Limited Resource Model of Self-Regulation. In J. E. Maddux & J. P. Tangney (Eds.), Social Psychological Foundations of Clinical Psychology (pp. 71–83), New York: Guilford press.
- Duckworth, Angela Lee; Tsukayama, Eli. & May, Henry. (2010). Establishing causality using longitudinal hierarchical linear modeling: An illustration predicting achievement from self-control. Social

Psychology and Personality Science, 1, 311-317. doi: 10.1177/ 1948550 609359707

- Duckworth, Angela & Kern, Margaret (2011). A Meta-Analysis of the Convergent Validity of Self-Control Measures. Journal of research in personality, 45(3), 259-268. doi:10.1016/j.jrp.2011.02.004.
- Eigsti, Inge-Marie; Zayas,Vivian; Mischel, Walter; Shoda, Yuichi; Ayduk, Ozlem; Dadlani, Mamta; et al. (2006). Predicting cognitive control from preschool to late adolescence and young adulthood. Psychological Science, 17(6), 478-484. doi: 10.1111/j.1467− 9280. 2006.01732.x
- Eisenberg, Nancy; Smith, Cynthia & Spinrad, Tracy (2016). "Effortful control: relations with emotion regulation, adjustment, and socialization in childhood," in K. D. Vohs and R. F. Baumeister (Eds.), Handbook of Self-Regulation: Research, Theory, and Application, 3rd ed., New York: Guilford, 263–283.
- Espy, Kimberly Andrews (2004). Using developmental, cognitive, and neuroscience approaches to understand executive functions in preschool children. Developmental Neuropsychology, 26 (1): 379–384. doi:10.1207/s15326942dn2601_1.
- Evans,Gary & Rosenbaum, Jennifer (2008).Self-regulation and the income-achievement gap. Early Childhood Research Quarterly, 23(4), 504–514.
- Eysenck, Sybil; Easton, G., & Pearson, P. R. (1984). Age norms for impuls-iveness, ventureso-

meness and empathy in children. Personality and Individual Differences, 315-321. doi:org/10.1016/0191-8869(84) 900 70-9

- Goldfried, Marvin & Merbaum, Michael (2007).Behavior change through self-control.New York: Rinehart&Winstone.
- Henry, Bill; Caspi, Avshalom; Moffitt, Terrie; Harrington, HonaLee & Silva, Phil (1999). staying in school protects boys with poor self-regulation in childhood from later crime: A longitudinal study. International Journal of Behavioral Development, 23, 1049-1073. doi: 10.1080/016502599383667.
- Humphrey, Laura (1982).Children's and teachers' perspectives on children's self-control: The development of two rating scales. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 50(5), 624-633.
- Kendall, Philip & Wilcox, Lance (1979). Self-control in children: Develop-ment of a rating scale. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 47(6), 1020-1029.
- Kochanska, Grazyna; Murray, Kathleen & Harlan, Elena (2000). Effortful control in early childhood: Continuity and change, antecedents, and implications for social development. Developmental Psychology, 36(2), 220-232. DOI: 10.1037//0012-1649.36.2.220
- Kochanska, Grazyna; Coy, Katherine & Murray, Kathleen (2001). The development of self-regulation in the first four years of life. Child Development, 72, 1091–1111. doi: 10.1111/1467-8624.00336.

- **Kochanska, Grazyna & Knaack, Amy (2003). Effortful Control as a Personality Characteristic of Young Children: Antecedents, Correlates, and consequences. Journal of Personality, 71(6), 108711 12. doi: 10.1111/1467-6494.710 6008.**
- **Kim, Kyung-Chul, Oh, Ah-reum (2016). Validation of Self-Control Rating Scale (SCRS) measured by Teachers and Parents. Asia-pacific Proceedings of Applied Science and Engineering for Better Human Life, 5, 91-94.**
- **Maranges, Heather & Baumeister, Roy (2016). Self-Control and Ego Depletion" in K. D. Vohs and R. F. Baumeister (Eds.), Handbook of Self-Regulation: Research, Theory, and Application (pp.42-61), 3rd ed., New York: Guilford.**
- **Martel, Michelle & Nigg, Joel (2006). Child ADHD and personality/ temperament traits of reactive and effortful control, resiliency, and emotionality. Journal of Child Psychology and Psychiatry, 47(11), 1175–1183. doi: 10.1111/j.1469-7610.2006.01629.x.**
- **McClelland, Megan; Cameron, Claire; Connor, McDonald; Carrie, Farris; Jewkes, Abigail & Morrison, Frederick (2007). Links between behavioral regulation and preschoolers' literacy, vocabulary, and math skills. Developmental Psychology, 43(4), 947-959. doi: 10. 1037/0012-1649.43. 4.947.**
- **Miller, Earl (2000). The prefronal cortex: No simple matter. Neuroimage, 2, 447-450. doi: 10.1006/nimg.2000.0574.**

- **Miller, Joshua; Flory, Kate; Lynam, Donald & Leukefeld, Carl (2003). A test of the four-factor model of impulsivityrelated traits. Personality and Individual Differences, 34, 1403-1418. doi.org/ 10.1016 /S0191-8869 (02)001 22-8.**
- **Miner, Jennifer & Clarke-Stewart, Alison (2008). Trajectoriesof externalizing behavior from age 2 to age 9: Relations with gender, temperament, ethnicity, parenting, and rater. Developmental Psychology, 44(3), 771-786. doi: 10.1037/0012-1649.44.3.771.**
- **Moffitt, Terrie; Arseneault, Louise; Belsky, Daniel; Dickson, Nigel; Hancox, Robert ;Harrington, HonaLee et al. (2011) A gradient of childhood self-control predicts health, wealth, and public safety. Proceedings of the National Academy of Sciences, 108(7), 2693–2698. doi:10.1073/pnas.1010076108.**
- **Moffitt, Terrie; Poulton, Richie & Caspi, Avshalom (2013). Lifelong Impact of Early Self-Control: Childhood self-discipline predicts adult quality of life. American Scientist, 101(5), 352-359. doi: 10.1511/2013.104.352.**
- **Moreira, Paulo; Crusellas, Lorena ; Sá, Isabel & Matias, Carla(2010). Promotion of social and emotional skills in elementary school children: results from a 4-year study in Portugal. Health Promotion International, 25 (3), 309-317.doi:10. 1093/ heapro/ daq029.**
- **Murray, Kathleen & Kochanska, Grazyna (2002). Effortful Control: Factor Structure and Relation to Externalizing and Internalizing Behaviors. Journal of**

Abnormal Child Psychology, 30(5), 503–514.doi:10.1023/ A:1019821031523.

- National Association of School Psychologist (NASP, 2002). Behavior problems: teaching young children self-control skills. Retrieved from http://www.nasponline.org/
- Olson, Sheryl & Kashiwagi, Keiko (2000). Teacher Ratings of Behavioral Self-Regulation in Preschool Children- A Japanese/U.S. Comparison. Journal of Applied Developmental Psychology, 21(6), 609-617. doi.org/10. 1016/S0193-3973 (00)00056-3.
- Putnam, Sam; Spritz, Becky & Stifter, Cynthia (2002). Mother-Child Coregulation during delay of gratification at 30 months. Infancy, 3(2), 209-225. DOI: 10.1207/S15327078IN0302_6.
- Rohrbeck, Cynthia Ann; Azar, Sandra; Wagner, Patricia (1991). Child Self-Control Rating Scale: Validation of a Child Self-Report Measure. Journal of clinical child psychology, 20(2):179-183. doi: 10.1207/ s15374424jccp2002_9.
- Rothbart, Mary; Stephan, Ahadi & Evans, David (2000). Temperament and personality: Origins and outcomes. Journal of Personality and Social Psychology, 78(1), 122-135.
- Rothbart, Mary, Ellis, Lesa, Rueda, Rosario & Posner, Michael (2003). Developing Mechanisms of Temperamental Effortful Control. Journal of Personality, 71(6), 1113. doi: 10.1111/1467-6494. 7106009.
- Semrud-Clikeman, Margaret (2003). Executive function and social communication disorders. Perspectives, 29:20–22.

- **Senn, TE; Espy, KA; Kaufmann, PM (2004). Using path analysis to under- stand executive function organization in preschool children. Developmental Neuropsychology, 26 (1): 445–464. doi:10.1207/ s15326942dn2601_5.**
- **Shaw, Daniel; Gilliom, Miles; Ingoldsby, Erin & Nagin, Daniel (2003). Trajectories leading to school-age conduct problems. Develop - mental Psychology, 39(2), 189-200. doi: 10.1037//0012-1649.39.2. 189.**
- **Stievano, Paolo & Valeri, Giovanni (2013). Executive functions in early childhood: interrelations and structural development of inhibition, set-shifting and working memory. Neuropsychological Trends, 13(1), 27-45. doi: 10.7358/neur-2013-013-stie.**
- **Tangney, June; Baumeister, Roy & Boone, Angie Luzio (2004). High Self-Control Predicts Good Adjustment, Less Pathology, Better Grades, and Interpersonal Success. Journal of Personality, 72(2), 271-324. doi: 10.1111/j.0022-3506.2004.00263.x.**
- **Tao, Ting; Wang, Ligang; Fan, Chunlei & Gao, Wenbin (2014). Develop- ment of self-control in children aged 3 to 9 years: Perspective from a dual-systems mode. Scientific reports, 4, 7272. doi:10. 1038/srep07272.**
- **Tobin, Renée& Graziano, William (2010). Delay of Gratification: A Review of Fifty Years of Regulation Research. In R.H. Hoyle (Ed.), Rick H. Handbook of Personality and Self-Regulation (pp. 47–63), New york: Wiley-Blackwell Publishers.**

- **Tsukayama, Eli; Toomey, Sara; Faith, Myles & Duckworth, Angela Lee (2010). Self-control protects against overweight status in the transition from childhood to adolescences. Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine, 164(7), 631-635. doi: 10.1001/ archpediatrics.2010.97.**
- **Vazsonyi, Alexander & Huang, Li (2010). Where self-control comes from: On the development of self-control and its relationship to deviance over time. Developmental Psychology, 46(1), 245-257. doi: 10.1037/ a0016538.**
- **Wang, Ligang; Xie, Dongjie; Fan, Chunlei & Gao, Wenbin (2014). The dual-systems of self-control scale for children: Development, reliability. Chinese Journal of Behavioral Medical and Brain Science, 23(4), 362-365. doi: 10.3760/ cma.j.issn.1674- 6554. 2014. 04.022.**
- **Whiteside, Stephen & Lynam, Donald (2001). The five factor model and impulsivity: Using a structural model of personality to understand impulsivity. Personality and Individual Differences, 30(4), 669-689. doi.org/10.1016/S0191-8869 (00)00064-7.**
- **Whiteside, Stephen; Lynam, Donald; Miller, Joshua & Reynolds, Sarah (2005). Validation of the UPPS impulsive behaviour scale: A four-factor model of impulsivity. European Journal of Personality, 19(7), 559-574. doi: 10.1002/per.556.**
- **Williams, Paula & Thayer, Julian (2009). Executive functioning and health: Introduction**

to the special series. Annals of Behavioral Medicine, 37, 101-105. Doi: 10.1007/s12160-009-9091-x.

- Woltering, Steven; Lishak, Victoria; Hodgson, Nick; Granic, Isabela & Zelazo, Philip (2016).Executive function in children with externalizing and comorbid internalizing behavior problems. Journal of Child Psychology and Psychiatry, 57(1), 30-38. doi: 10.1111/jcpp.12428.
- Yang, Lizhu & Song, Hui (2003). Development on preschool children's self-control ability. Studies of Psychology and Behavior, 1, 51–56.
- Zelazo, Philip; Muller, Ulrich; Frye, Douglas; Stuart, Marcovitch & Argitis,Gina et al. (2003). The development of executive function in early childhood. Monographs of the Society for Research in Child Development, 68(3), i-151.
- Zhang, Ping; Liang, Zongbao; Chen, Huichang & Zhang, Guangzhen (2012).The stability and gender difference of children's self-control from 2 to 11 years old. Psychological development and education, 5, 463–470.