القابلية للإيحاء وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى طلاب الجامعة

بحث مقدم لنيل درجة الماجستير في التربية

قسم (علم النفس التعليمي)

إعــداد

سامح عبد الحميد إبراهيم دراج

إشراف

أ.د/ محمد رزق البحيري
أستاذ علم النفس
وكيل كلية الدراسات العليا للطفولة
جامعة عين شمس

أ.د/ هيام صابر شاهين
أستاذ الصحة النفسية
كلية البنات للآداب والعلوم والتربية
جامعة عين شمس

١٤٤٠هـ - ٢٠١٩م

المستخلص:

أهداف الدراسة: هدفت هذه الدراسة إلى بحث العلاقة بين القابلية للإيحاء وضبط الذات لدى طلاب الجامعة، والكشف عن الفروق بين الذكور والإناث من طلاب الجامعة في كل من القابلية للإيحاء وضبط الذات. **المنهج والإجراءات**: تكونت عينة الدراسة من (١٥٠) طالب وطالبة بلغ متوسط أعمارهم (٢٠,٩٣)، طُبق عليهم مقياس القابلية للإيحاء(إعداد الباحث)، ومقياس ضبط الذات(إعداد الباحث). **النتائج:** خلصت النتائج إلى وجود ارتباط سالب دال إحصائيًا بين القابلية للإيحاء وضبط الذات، كما أسفرت عن وجود فروق بين الذكور والإناث في القابلية للإيحاء في اتجاه الإناث، وعدم وجود فروق بين الذكور والإناث في ضبط الذات.

الكلمات المفتاحية: القابلية للإيحاء، ضبط الذات، طلاب الجامعة.

Suggestibility and its relationship with some variables among university students

Abstract:

Study aims: The current study aimed to examine the relationship between suggestibility and self-control in university students and to reveal the differences between male and female university students in both suggestibility and self-control). **Method and Procedures:** The study sample consisted of (150) male and female students with mean age (20.93) they completed the Suggestibility scale (by the researcher) and the self control scale (by the researcher). **The results** showed that there is a negative significant statistically relationship between suggestibility and self-control. It also showed that there are differences between males and females in suggestibility favoring females' students. as well as no differences in self-control in terms of gender (Male-female).

Keywords: suggestibility, self-control, university students.

مقدمـة الدراسـة:

ساعد التطور التكنولوجي الهائل في الوقت الحاضر والتضخم المعرفـــي، وثورة تكنولوجيا المعلومات على سهولة، وسرعة نقل المعلومات، والأفكار إلى أى مكان في العالم، فأصبح الإنسان عرضة لقدر هائل من المعلومات، والرسائل المختلفة؛ مما جعله يتأثر بتلك الأفكار والأراء، ليس هذا فحسب بل قد يتبناها ويعتنقها، سواء كانت الأفكار بناءة أو هدامة؛ مما أسفر عنه انتشار ظواهر نفسية وإجتماعية، ومن تلك –الظواهر النفسية– ظاهرة القابلية للإيحاء**Suggestibility** التي انتشرت وأصبحت تهدد الفرد والمجتمع على حد سواء.

وتعد القابلية للإيحاء أحد موضوعات علم النفس التي حظيت باهتمام واسع في العديد من فروعه، منها: علم النفس الاجتماعي، والتجريبي، والمرضي، والقضائي، والشرعي، فضلًا عن الطب النفسي والطب الشرعي(**أحمد عبد الخالق، ٢٠١٠**)، وتعد القابلية للإيحاء سمة شخصية تعكس اتجاهًا عامًا لقبول الرسائل، وتعكس التوازن بين معالجة المعلومات التلقائي والمتعمد؛ ذلك أن المعالجة التلقائية من المرجح أن تقبل المعلومات دون تقييم، والقابلية للإيحاء ظاهرة نفسية يمر بها كل إنسان، ويُعرف الإيحاء على أنه تأثيرات نفسية متنوعة لإنسان على آخر **(Kotov, Bellman & Watson, 2004).**

ويتفاوت الناس في درجة استعدادهم وقابليتهم للإيحاء، والقابلية للإيحاء ليست سلبية على نحو مطلق، والواقع أن القابلية للإيحاء من أهم العوامل التي تحقق الصلة بين الفرد والمجتمع(**حلمي المليجي، ٢٠٠٠: ١٤١**)؛ ذلك أنها تساعد أفراد المجتمع خاصة في مرحلة الطفولة على تشرب عادات وتقاليد المجتمع، ونقل التراث الثقافي من جيل إلى آخر؛ مما يساعد على تماسك هذا المجتمع، غير أنه لا يجوز الاعتماد عليها إلى الحد الذى يؤدى إلى إضعاف شخصياتهم، وقدرتهم على التفكير الحر الناقد(**عبد العزيز القوصي، ١٩٥٤:١٩٩**)، ومن جانب آخر فإن ارتفاع درجة القابلية للإيحاء سلوك غير سوي، حيث يسهل التأثير في سلوكيات الفرد وتغييرها، كما يمكن تغيير أفكاره واتجاهاته عن عمد بطريقة إرادية أو غير إرادية**(Kotov et al., 2004).**

وفي ظل المناخ المشحون بالصراعات والخلافات والاستقطاب من تيارات عدة، فضلًا عن انتشار القابلية للإيحاء، فإن القدرة على ضبط الذات **Self Control** قد تصبح الحد الفاصل بين السقوط في كثير من الاضطرابات والانحرافات أو الحيلولة دون السقوط فريسة لهذه الاضطرابات، وأشار **(Schmeichel, 2007)** إلى أن القيام بالضبط الذاتي في مهام سابقة يقلل من قدرة الفرد على القيام بالضبط الذاتي في المهام اللاحقة، وهذا من شأنه ارتفاع قابلية الفرد للإيحاء، وفي إطار العلاقة بين القابلية للإيحاء وأداء المهام التنفيذية يتبين أن الانخراط في مهام تتطلب ضبط الذات من شأنه التأثير على الوظائف التنفيذية للمخ فيصبح الفرد أقل قدرة على التمييز بين معلوماته عن الحدث أو والمعلومات المضللة عن نفس الحدث، مما يجعله أقل ثقة في ذاكرته، ومن ثم يكون أكثر ميلًا لقبول الإيحاءات الخارجية **(Otgaar et al., 2012)**.

وقد نال ضبط الذات قدرًا كبيرًا من الاهتمام في مجالات علم النفس وخاصة العلاج النفسي، حيث إن القدرة على ضبط الذات من أهم مهارات التكيف التي تفيد المجتمع الإنساني، وتشير نتائج العديد من البحوث إلى وجود فروق فردية كبيرة في القدرة على ضبط الذات؛ ذلك أن بعض الأشخاص أكثر قدرة من غيرهم على إدارة حياتهم والحفاظ على نظامهم الغذائي، والوفاء بوعودهم، والتحكم في كمية ما يتناولونه من المشروبات، وتوفير المال، والمثابرة، وحفظ الأسرار، وترتبط كل هذه الإختلافات بالنجاح في الحياة(**Tangney, Boone & Baumeister, 2004**)، ويشير **(وليد عاشور،٢٠١٤)** إلى أن ضبط الذات يتضمن أبعادًا ستة هي: المثابرة **Persistence**، والتروي أو عدم الاندفاع **Deliberation**، والضبط الانفعالي **Emotional**

control، ومنع السلوك المعيق لتحقيق الأهداف**Prevention**، والتركيز**Concentration**، والمبادأة **Initiation**.

ولأهمية كل من القابلية للإيحاء وضبط الذات بإعتبارهما متغيرين مهمين من متغيرات الصحة النفسية، جاءت هذه الدراسة للكشف عن العلاقة بين القابلية للإيحاء وضبط الذات لدى عينة من طلاب الجامعة.

مشكلة الدراسة:

تكمن أهمية دراسة القابلية للإيحاء في ارتباطها ببعض المشكلات السلوكية والاضطرابات مثل العدوانية والتدخين(**محمد عبد الواحد، ٢٠٠٦**)، والجناح في مرحلة المراهقة(**Beckham 1933,**)، والقلق(**هبة مصطفي، ١٩٩٤؛ نرمين أحمد، ٢٠١٧**)، والتسلطية(**عبد الستار إبراهيم، ١٩٨٧: ٢٠٢؛ لامبرت ولامبرت، ١٩٩٣: ١٩١-١٩٢**)، وتبنى المعتقدات الخرافية(**عبد اللطيف خليفة، ١٩٩٧؛ Hergovich, 2003؛ نيرة إبراهيم، ٢٠١٣**) وإدمان المخدرات(**أشرف السيد، ٢٠٠٣؛ سالى جمعة،٢٠٠٦**)، والمبالغة، والاستعراضية، وتعدد العلاقات العاطفية، وتأويل الكثير من الظواهر العادية بطريقة جنسية(**أحمد عكاشة، ٢٠٠٩: ١١**)، والاعتمادية(**Zuckerman& Grosz, 1958**)، كما أن ارتفاع القابلية للإيحاء من أهم سمات الشخصية لدى البغايا مقارنة بغيرهن(**السيد القط في: وفاء فضلي، ١٩٩٥: ١٨؛ نجية عبدالله، ١٩٨٤: ٢١٨**)، فضلًا عن ارتباطها بتشوه الذات(**Wendy& Steven, 1998**)، واللامبالاة بتعاليم الأسرة(**صفاء محمد،١٩٩٩**)، والعصابية(**أحمد عبد الخالق، ٢٠١٠؛ أحمد عبد الخالق، ٢٠١١؛ بيرت،١٩٤٧؛ Rickels, Downing& Appel, 1964؛ هبة مصطفي، ١٩٩٤؛ ممدوح أحمد، ١٩٩٦**)، والتطرف الفكري(**فاطمة السيد، ٢٠١٧؛ محمد محمد، ٢٠١٧**)، وإدمان مواقع البرامج الاجتماعية(**فاطمة السيد، ٢٠١٧**)،كما أن لها تأثير واضح على درجة اتخاذ القرار(**صفاء محمد، ٢٠١٠**)، فضلًا عن ارتباطها بوجهة الضبط الخارجية(**Ordi& Miguel, 1999**)؛ ذلك أن مرتفعي القابلية للإيحاء إنما يشعرون بالعجز وقلة السيطرة على بيئتهم، وقد يدفعهم هذا إلى تبني الأفكار الخارجية، إذا كان هذا سيمكنهم من السيطرة على بيئتهم(**Rotter, 1966**)، كما أن الأشخاص الذين يشعرون بالعجز والضعف نتيجة عدم قدرتهم على التحكم في ردود أفعالهم في المواقف السلبية يكونون أكثر قابلية للإيحاء(**Calì, Ambrosini, Picconi, Mehling& Committeri, 2015**).

علاوة عما تقدم فإن الأشخاص الذين يتمتعون بارتفاع الضبط الذاتي يكونون أقل عرضة لتأثير الآخرين(أحد أبعاد القابلية للإيحاء)، في حين أن منخفضي الضبط الذاتي يكونون أكثر عرضة لتأثير الآخرين، ويعزى ذلك إلى أن القابلية للإيحاء وضبط الذات تجمعهما قواسم مشتركة ومنها ارتباطهما بسمات مثل الاندفاع وقصر النظر **short-sightedness** (**Meldrum, Miller& Flexon, 2013**)، حيث إن منخفضي الضبط الذاتي يكونون أكثر اندفاعية وأكثر مسايرة للآخرين (أي عرضة لتأثير الأقران) فقد يرون أن التوافق مع سلوك المحيطين بهم سيوفر لهم الإشباع الفوري، وسيختبرون الاستفادة الفورية من خلال المشاركة في السلوك الحالي، كما يفعلون ذلك للحصول على رضا الآخرين، من خلال استعدادهم لمسايرة سلوكهم(**Meldrum et al., 2013**).

وفيما يتصل بأهمية ضبط الذات، فلا توجد مهارة نفسية تحقق النجاح في الحياة والعلاقات أكثر من القدرة على ضبط الذات، فقدرة الفرد على كبح رغباته وتأجيل إشباعها لتحقيق هدف أسمي تمكن الفرد من تحمل الإحباط فيكون قادرًا على تحمل الصعوبات الحياتية التي تواجهه(**أوسم وصفي، ٢٠٠٩: ٥٠-٥١**)، حيث إن ضبط الذات يمكن من فهم طبيعة ووظيفة الذات وهذا من

الناحية النظرية، ومن الناحية التطبيقية فإن انخفاض الضبط الذاتي يرتبط بالنشاط الزائد، وبعض الاضطرابات السيكوسوماتية مثل أمراض القولون، والصداع النصفي، وقرحة المعدة، والتدخين، فضلًا عن تناول الكحول، وتعاطي المخدرات، والمقامرة، والتوجه نحو الغش الدراسي، وإدمان العاب الإنترنت، وارتفاع درجة الغضب، والفشل في أداء المهام المختلفة، والمشكلات الانفعالية، والتأخر الدراسي، والانحلال، وانعدام المثابرة، والتأثر بالتأثيرات السلبيــة (**Arneklev, Grasmick, Tittle & Bursik, 1993؛ عبدالوهاب كامل،١٩٨٩؛ Baumeister, Vohs & Tice, 2007؛ Black, Semple, Pokhrel & Grenard, 2011؛ Cheung, 2014؛ نجلاء محمد،٢٠١٠؛ Pokhrel, Sussman, Kniazer & Masagutov, 2010؛ Tangney et al., 2004؛ زينب شقير، ١٩٩٩).**

بينما الضبط الذاتي المرتفع يساعد على خفض العدوانية، وخفض الضغوط النفسية، وتحسين مستوى التحكم بالغضب، والتكيف، وارتفاع تقدير الذات، وانخفاض النهم في تناول الطعام، وتناول الكحول، وانخفاض الشعور بالذنب مقارنة بالآخرين، والقدرة على إقامة علاقات شخصية جيدة، والاستجابات الانفعالية على نحو أفضل، واليقظة العقلية، وسعة الذاكرة العاملة، والتأثيرات الإيجابية والرفاه النفسية، وخفض العزلة الاجتماعية، والقدرة على اتخاذ القرار، وأقل عرضة للتدخين، والإنقطاع عن الدراسة ومن ثم ارتفاع المعدل التراكمي(**إبراهيم معالي، ٢٠١٥؛ أحمد أبوغوش، ١٩٩٦؛ بهجت أبوسليمان ومنذر بلعاوى،٢٠٠٢؛ Black; Duckworth, 2011 et al., 2011; Tangney et al., 2004).**

ولندرة الدراسات السابقة – في حدود علم الباحث – التى تناولت القابلية للإيحاء وعلاقتها بضبط الذات في البيئة العربية، مما كان الدافع لإجراء هذه الدراسة، وتثير مشكلة الدراسة الأسئلة التالية:

١. ما هو شكل وقوة العلاقة بين القابلية للإيحاء وضبط الذات لدى عينة الدراسة من طلاب الجامعة؟
٢. ما مدى ودلالة الفروق بين الذكور والإناث من طلاب الجامعة في القابلية للإيحاء؟
٣. ما مدى ودلالة الفروق بين الذكور والإناث من طلاب االجامعة في ضبط الذات؟

أهداف الدراسة:

في ضوء موضوع الدراسة وأسئلتها تتحدد أهداف الدراسة في الأتي:

١. الكشف عن شكل وقوة العلاقة بين القابلية للإيحاء وضبط الذات لدى عينة الدراسة من طلاب الجامعة.
٢. الكشف عن الفروق بين الذكور والإناث من طلاب الجامعة في كل من القابلية للإيحاء وضبط الذات.

أهمية الدراسة:

تكمن أهمية هذه الدراسة في أهمية الجوانب التى تتصدى لدراستها، حيث إنها تتصدى للعلاقة بين القابلية للإيحاء وضبط الذات، ويمكن الإشارة إلى الأهمية النظرية والتطبيقية للدراسة كما يلي:

من الناحية النظرية:

إن دراسة القابلية للإيحاء ذات ضرورة بالغة؛ ذلك أن هذه الظاهرة انتشرت في المجتمعات العربية على نحو عام، والمجتمع المصرى على نحو خاص، وأصبحت

تمثل خطرًا محدقًا بالفرد والمجتمع؛ لوجود أزمة الهوية في المجتمعات العربية، والتأثير السلبي لوسائل الإعلام خاصة في مجتمعنا المصري، وانجراف الكثير من المراهقين والشباب إلى التقليد الأعمى للمشاهير؛ مما أدى إلى انتشار الكثير من السلوكيات المشينة.

من الناحية التطبيقية:

تتمثل أهمية هذه الدراسة في بناء مقياس للقابلية للإيحاء لطلاب الجامعة ومقياس آخر لضبط الذات لطلاب الجامعة، والذى من شأنه أن يثري المكتبة السيكولوجية بمقاييس متخصصة لقياس الأبعاد المختلفة للقابلية للإيحاء والأبعاد المختلفة لضبط الذات.

مفاهيم الدراسة:

١ - القابلية للإيحاء: Suggestibility

يعرف **قاموس جمعية علم النفس الأمريكية(A P A)** القابلية للإيحاء بأنها تبني الفرد لأفكار ومعتقدات ومواقف وسلوكيات الآخرين بسهولة دون تمحيص(**VandenBOS, 2015: 1048**)، وتُعرف القابلية للإيحاء إجرائيًا بأنها تقبل الشاب لأفكار وآراء واتجاهات الآخرين دون تفكير أو مناقشة خاصة من الأشخاص ذوي السلطة منهم، ويعبر عنها باستجابات عينة الدراسة من طلاب الجامعة على مقياس القابلية للإيحاء لطلاب الجامعة(إعداد: الباحث).

٢- ضبط الذات: self control

يعرف **باوميستر وآخرون(Baumeister et al., 2007)** ضبط الذات بأنه قدرة الفرد على تغيير استجاباته وجعلها تتناسب مع المثل والقيم والأخلاق والتوقعات الاجتماعية، والسعى لتحقيق الأهداف بعيدة المدى، ويقصد بضبط الذات إجرائيًا: قدرة الشاب على التحكم في سلوكه وانفعالاته وتوجيهها، وقدرته على اتخاذ القرار، وتمكنه من وعى الذات وتنظيمها وتقييمها وتعزيزها، وتأجيل الإشباعات العاجلة؛ لتحقيق أهداف آجلة أفضل، ويعبر عنها باستجابات عينة الدراسة من طلاب الجامعة على مقياس ضبط الذات لطلاب الجامعة(إعداد: الباحث).

دراسات سابقة:

يمكن تناول الدراسات التي إهتمت بهذا الموضوع من خلال ثلاثة محاور رئيسة على النحو التالي:

أولًا: دراسات تناولت القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة:

وفي هذا المحور توجد بعض الدراسات التي بحثت في علاقة القابلية للإيحاء ببعض المتغيرات من قبيل المعتقدات الخرافية مثل دراسة **نيرة شوشة(٢٠١٣)** والتي هدفت إلى بحث العلاقة بين المعتقدات الخرافية وكل من القابلية للإيحاء ووجهة الضبط وبعض المتغيرات الديموجرافية، وتم تطبيق مقاييس المعتقدات الخرافية، والقابلية للإيحاء، ووجهة الضبط على عينة قوامها(٨٢٠) طالب وطالبة من طلاب الجامعة، بواقع(٣٩٩) من الذكور و(٤٢٠) من الإناث، بمتوسط عمرى(٢٠,٧) عامًا، وأسفرت الدراسة عن وجود ارتباط موجب بين المعتقدات الخرافية والقابلية للإيحاء.

وهدفت دراسة **آيات رفاعي(٢٠١٤)** إلى التعرف على العلاقة بين القابلية للاستهواء ورتب الهوية لدى طلاب الجامعة وبعض المتغيرات الديموجرافية، على عينة قوامها(٢٧٥) طالب وطالبة بواقع (١٠٩) طالب و(١٦٦) طالبة، واستعانت الدراسة بمقياس القابلية للاستهواء (إعداد: آيات رفاعي)، والمقياس الموضوعي لرتب الهوية إعداد(بنتونو ادمز) وترجمة: محمد السيد عبد الرحمن، وأسفرت النتائج عن وجود ارتباط سالب بين القابلية للاستهواء مكل من رتبة إنجاز الهوية ورتبة تعليق الهوية لدى طلاب الجامعة، كما توصلت إلى وجود ارتباط موجب بين القابلية للاستهواء ورتبة تشتت الهوية، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في القابلية للاستهواء تجاه الذكور، فضلًا عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في القابلية للاستهواء تعزى للتخصص(علمي- أدبي) تجاه التخصص العلمي.

وعن القابلية للاستهواء وإدمان برامج التواصل الاجتماعي وعلاقتهما بالتطرف الفكري قامت **فاطمة السيد(٢٠١٧)** بتطبيق مقاييس التطرف الفكري، والقابلية للاستهواء، وإدمان برامج التواصل الاجتماعي على عينة من طلاب الجامعة(٢٠٠) منهم(٩٠) من الذكور، و(١١٠) من الإناث، وكشفت النتائج عن وجود ارتباط موجب بين التطرف الفكري وكلٌ من القابلية للاستهواء، وإدمان برامج التواصل الاجتماعي، وعدم وجود فروق في القابلية للاستهواء تعزى للنوع ومستوى الدخل.

ولبحث العلاقة بين التطرف الفكري والقابلية للاستهواء والبلادة الانفعالية والعدائية، وتحديد الفروق بين مرتفعي ومنخفضي التطرف الفكري في القابلية للاستهواء، والبلادة الانفعالية والعدائية، قام **محمد محمد(٢٠١٧)** بتطبيق مقاييس التطرف الفكري، والقابلية للاستهواء، والعدائية، والبلادة الانفعالية على عينة قوامها(٣٠٠) طالب وطالبة من طلاب الجامعة، وأسفرت النتائج عن وجود ارتباط موجب بين التطرف الفكري وكل من القابلية للاستهواء والعدائية والبلادة الانفعالية، فضلًا عن وجود فروق دالة إحصائيًا بين مرتفعي ومنخفضي التطرف الفكري في القابلية للاستهواء والعدائية والبلادة الانفعالية في اتجاه مرتفعي التطرف الفكري.

ثانيًا: دراسات تناولت ضبط الذات لدى طلاب الجامعة:

لقد حظى هذا المتغير بالعديد من الدراسات والتي نذكر منها على سبيل المثال لا الحصر ما يلي:

دراسة **نجلاء محمد(٢٠١٠)** والتي هدفت إلى بحث العلاقة بين إدارة الغضب والضبط الذاتي لدى طلاب الجامعة، وتم تطبيق مقاييس الغضب لطلاب الجامعة(إعداد: فكرى عسكر)، ضبط الذات (إعداد: مدحت عبد الحميد)على عينة قوامها(٨٦) طالب وطالبة بمتوسط عمرى(٨ ,١٧) عامًا، وقد أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطى درجات الطلاب على مقياس الضبط الذاتي تعزى لمتغير النوع، كما أشارت النتائج إلى وجود ارتباط سالب بين الضبط الذاتي والغضب.

وبحثت دراسة **بلاك وسمبل وبوخريل وجرانارد (Black, Semple, Pokhrel&Grenard, 2011)** علاقة كل من اليقظة العقلية وضبط الذات والذاكرة العاملة بالصحة العقلية والسلوكية، على عينة من(٣١) طالب من طلاب الجامعة، وتراوحت أعمارهم بين(٢١-٣٧) عامًا، واستعانت الدراسة بمقاييس اليقظة العقلية إعداد(**Brown& Ryan, 2003**، والذاكرة العاملة **AOSPAN** إعداد**(Unsworth et al., 2005)**، وضبط الذات إعداد **(Rosenbaum, 1980)**، والتأثيرات الإيجابية والسلبية **PANAS** إعداد **.Watson et al) (1988**، والرفاه النفسية إعداد**Ryff, 1989))**، وتوصلت الدراسة إلى وجود ارتباط موجب بين

ضبط الذات وكل من اليقظة العقلية، وسعة الذاكرة العاملة، والتأثيرات الإيجابية، والرفاه النفسية، علاوة عن وجود ارتباط سالب بين ضبط الذات والتأثيرات السلبية.

وعن علاقة الاتزان الانفعالى بضبط الذات لدى طلاب الجامعة، قام **رمزي حسن(٢٠١٤)** بتطبيق مقياس الاتزان الانفعالى، ومقياس ضبط الذاتي على عينة قوامها(٧٤٩) طالب وطالبة، وقد تمخضت الدراسة عن وجود ارتباط موجب بين الضبط الذاتي والاتزان الانفعالى، ووجود فروق دالة احصائيا في ضبط الذات بين الذكور والإناث في اتجاه الذكور، كما توصلت نتائج هذه الدراسة إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيًا في مستوى ضبط الذات تعزى لمتغيرى التحصيل الدراسى والتخصص.

كما قام كل من **ميرشيكاري ورازا ومولاهى(Mirshekari, Reza& Mollahy, 2014)** ببحث علاقة ضبط الذات وتقدير الذات بقوة الأنا لدى طلاب الجامعة، على عينة من (٣٣٠) طالب وطالبة، وتم تطبيق مقاييس قوة الأنا، وضبط الذات، وتقدير الذات، وأسفرت النتائج عن وجود ارتباط موجب بين المتغيرات الثلاثة للدراسة، فضلًا عن وجود فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث في قوة الأنا في اتجاه الإناث في المتغيرات الثلاثة للدراسة.

وفي عام(٢٠١٤) أجرى **وليد عاشور** دراسة هدفت إلى فحص بنية ضبط الذات لدى طلاب الجامعة في ضوء المستوى التعليمي والنوع، على عينة مكونة من(٣٥) طالب و(١٤٣) طالبة، واستعانت الدراسة بالتحليل العاملي الإستكشافي بطريقة المكونات الأساسية، وقد أشارت النتائج إلى أن بنية ضبط الذات تتكون من ستة عوامل هي: المثابرة، والتروي، والضبط الانفعالي، والتركيز، ومنع السلوك المعيق لتحقيق الأهداف، والمبادأة، كما توصلت الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث في بعد منع السلوك المعيق لتحقيق الأهداف في اتجاه الإناث.

وفيما يتصل بتأثير ضبط الذات وتعلم التنظيم الذاتي على نتائج تعلم طلاب الجامعة، قام **زو وأيو وكرياتز(Zhu, Au & Yates, 2016)** بتطبيق مقياس مهارات التعلم الذاتي ومقياس التنظيم الذاتي على عينة بلغت (٧٤) طالب من طلاب الجامعة، ممن التحقوا بدورة دراسية في تكنولوجيا المعلومات والإتصالات)، وقد تمخضت نتائج هذه الدراسة عن أن ضبط الذات وتعلم التنظيم الذاتي منبئان بنتائج التعلم لدى الطلاب، وتم التوصل إلى ذلك من خلال درجات الطلاب المشاركين في نهاية الدورة التدريبية.

وفيما يتصل بعلاقة المراقبة الذاتية بإدمان الفيس بوك قام **بورنساكولفانيتش (Pornsakulvanich, 2018)** بتطبيق مقاييس أنشطة واستخدام الفيس بوك، والمراقبة الذاتية **(Snyder's ,1974)**، وإدمان الإنترنت **Young, (1998)** والذي تم تعديله ليستخدم لقياس إدمان الفيس بوك، والمساندة الاجتماعي **(Weiser, 2001)**، على عينة بلغت(٢٥٧) مشاركًا غالبيتهم من طلاب الجامعة بواقع(١٣٩) من الإناث ومن الذكور(١١٢)، وتراوحت أعمارهم بين(١٨-٢٥)، وتمخضت هذه الدراسة عن وجود ارتباط موجب بين إدمان الفيس بوك والمراقبة الذاتية، وأن المراقبة الذاتية منبئة بإدمان القيسبوك.

المحور الثالث: دراسات تناولت القابلية للإيحاء وعلاقتها بضبط الذات:

وفي هذا الصدد توجد العديد من الدراسات من قبيل دراسة **باين وباكستر وبلانتين (Bain, Baxter& Ballantyne, 2007)** والتي هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين المراقبة ذاتية والقابلية لايحاء الاستجواب وشارك في الدراسة(١١) طالبًا و(٤١) طالبة من طلاب الجامعة،

وتراوحت أعمارهم بين(١٧-٤٨) ومتوسط عمري(٢٣,٥٨) عامًا، وتم تطبيق مقاييس المراقبة الذاتية إعداد**(Lennox& Wolfe, 1982)**، والقابلية للإيحاء إعداد**(Gudjonsson, 1997)**، وأسفرت النتائج عن أن مرتفعي المراقبة الذاتية أكثر قابلية للإيحاء من منخفضي المراقبة الذاتية.

وللإجابة على سؤال مفادة هل تختلف درجة القابلية للإيحاء، والمرغوبية الاجتماعية، وتقدير الذات، ومراقبة الذات، قام **جودينو(Godino, 2009)** بتطبيق مقاييس روزنبرج لتقدير الذات**(Rosenberg, 1965)**، والوعى الذاتي إعداد**(Snyder, 1974)** ومقياس مارلو– كرون للمرغوبية الاجتماعية إعداد **(Strahan& Gerbasi, 1972)**، فضلًا عن استبيان مهام الذاكرة قصيرة المدى على عينة من (٧٠) من طلاب الجامعة منهم(٣٧) من الذكور ومن الإناث(٣٣)، وتراوحت أعمارهم بين(١٨-٣٦) عامًا، وأشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيًا في القابلية للإيحاء تعزى لمتغير النوع، ووجود فروق دالة إحصائيًا في مراقبة الذات بين الذكور والإناث في اتجاه الإناث، فضلًا عن وجود ارتباط بين القابلية للإيحاء وكل من(مراقبة الذات والمرغوبية الاجتماعية، كما أشارات النتائج إلى عدم وجود ارتباط بين القابلية للايحاء وتقدير الذات.

وعن الفروق بين مرتفعي ومنخفضي الضبط الذاتي في القابلية للإيحاء قام كل من **أوتجار والبرت وكوبنز (Otgaar, Alberts& Cuppens, 2012)** باختيار عينة قوامها(٤٤) من طلاب الجامعة بمتوسط عمري(٢٢,٤١)، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين(إحداهما تجريبية - واخرى ضابطة) الأولى تعرضت لاختبار في مسائل رياضية، ويصاحب هذا تشغيل أصوات وموسيقى أثناء الزمن الخاص بحل الأسئلة، اما المجموعة الاخرى فلم تتعرض لسماع الاصوات المتداخلة أثناء حل الاختبار، واستعانت بالنسخة الهولندية لمقياس جودجونسون للقابلية للإيحاء المختصر**(GSS)** من إعداد **(Merckelbach, Muris, Wessel& van Koppen, 1998)**، فضلًا عن النسخة الهولندية لمقياس جودحونسون المختصر للإمتثال**GCS** إعداد**(Giesbrecht, De Ruiter& Jelicic, 2008)** وأشارت النتائج إلى تحقق صحة فرضية الدراسة التى نصت على أن انخفاض ضبط الذات من شأنه أن يؤدى إلى زيادة مستويات القابلية للإيحاء، كما توصلت الدراسة إلى وجود ارتباط موجب بين ارتفاع القابلية للإيحاء واستنزاف ضبط الانتباه، وعدم وجود فروق بين المجموعتين في الامتثال، كما أشارت النتائج إلى أن المجموعة التى تعرضت لأصوات متداخلة كانت ذات أداء سيء مقارنة بالمجموعة الأخرى.

كما فحصت دراسة **لوديج وستيلزيل وكروتياك وبرونكل وستيمك وباشكي وووالتر , وستيمك (Ludwig, Stelzel, Krutiak, Prunkl, Steimke, Paschke& Walter, 2013)** العلاقة بين القابلية للإيحاء التنويمي وكل من الاندفاعية والضبط الذاتي على عينة بلغت(١٥٤) مشاركًا، وتراوحت أعمارهم بين(١٨- ٣٤) عامًا، وتم تطبيق مقاييس**(Shor& Orne, 1962)**، وتقدير القابلية للإيحاء التنويمي **(Bongartz, 1980)**، فضلًا عن مقياس ضبط الذات إعداد **(Tangney et al.,2004)**، و **Patton et al., (1995)** للاندفاعية، وتمخضت هذه الدراسة عن وجود ارتباط موجب بين القابلية للإيحاء التنويمي وكل من الاندفاعية وضبط الذات، وأن الاندفاعية منبئًة بالقابلية للإيحاء، فضلًا عن وجود فروق بين الذكور والإناث في الاندفاعية في اتجاه الذكور، كما توصلت الدراسة إلى وجود فروق في القابلية للإيحاء التنويمي بين الذكور والإناث في اتجاه الإناث.

وللإجابة على سؤال مفادة ما علاقة القابلية للإيحاء الانفعالي بالضبط الذاتي الداخلي، والوعى الداخلي قام كل من **كالي ووامبيرسون وبيشون وميشيلنج ووكوميتر (Calì, Ambrosini,**

Picconi, Mehling& Committeri, 2015)، بتطبيق مقاييس الوعي الذاتي الداخلي متعدد الأوجه **MAIA** إعداد **Mehling, Price, Daubenmier, Acree, , Bartmess, (2012)** وذلك بعد تقنينه على البيئة الإيطالية، وتضمن (٨) أبعاد منها: ضبط الانتباه والوعى الذاتي، ومقياس القابلية للإيحاء الانفعالي **ES (Caprara, Cinanni, D'Imperio, Passerini, Renzi& Travaglia, 1985)**، فضلًا عن مقياس **HPT** للتقدير الذاتي لعدد ضربات القلب، على عينة بلغت(٣٢١) من طلاب الجامعة، بواقع(٢٩٣) من الإناث، و(٢٨)، وتراوحت أعمارهم بين (١٩-٢٧)عامًا، ومتوسط عمري(٢٠,٥٣)، وأشارت النتائج إلى وجود ارتباط موجب بين الوعي الداخلي والقابلية للإيحاء الانفعالي، حيث وُجد أن الأشخاص مرتفعي الوعى بحالتهم الانفعالية والجسمية كانوا أكثر قابلية للإيحاء الانفعالي.

تعقيب على الدراسات السابقة

يتضح من خلال استقراء الدراسات السابقة التى تناولت القابلية للإيحاء وعلاقتها بضبط الذات الآتي:

أولًا: أوجه الإستفادة:

١. **من حيث العينة**: تم اختيار عينة هذه الدراسة وتحديد منطق اختيارها في ضوء تحليل عينات الدراسات السابقة.
٢. **من حيث الأدوات:** تم بناء أدوات هذه الدراسة بما يناسب عينتها في ضوء تحليل الأدوات التي اعتمدت عليها الدراسات السابقة حيث تم تحديد المكونات وصياغة المفردات ووضع بدائل استجابة للاعتماد عليها كمحكات.
٣. **من حيث النتائج:**

١. ندرة الدراسات التي تناولت القابلية للإيحاء في علاقتها بضبط الذات(في حدود إطلاع الباحث) خاصة في البيئة العربية، مما يعطى أهمية ومبررًا لهذه الدراسة.
٢. يتبين إتفاق الدراسات السابقة على وجود ارتباط موجب بين القابلية للإيحاء وبعض الاضطرابات والمشكلات السلوكية مثل العصابية، ووجهة الضبط الخارجي، والخجل وانخفاض تقدير الذات، والإكتئاب، وتوهم المرض، والمرغوبية الاجتماعية وسمة القلق، مما يشير إلى أن ارتفاع القابلية للإيحاء يساعد على شيوع الاضطرابات والمشكلات**(Bain et al., 2007؛ Godino, 2009؛ et Ludwig al.,2013).**
٣. أكدت الدراسات السابقة وجود ارتباط سالب بين انخفاض ضبط الذات وبعض الاضطرابات والمشكلات السلوكية، والغش الدراسي، والضبط الاجتماعي، والغضب والتدخين، وتناول الكحول، وتعاطى المخدرات، والمقامرة، والجناح، والإفراط في تناول التبغ، وإدمان الإنترنت، وسرعة التأثر بالتأثيرات السلبية**(Arneklev et al.,1993؛ Kim et al.,2008؛ نجلاء محمد، ٢٠١٠؛ Black, et al., 2011).**
٤. التباين بين نتائج الدراسات فيما يتعلق بعلاقة القابلية للإيحاء بضبط الذات، ففي حين أشارت دراسات إلى وجود ارتباط سالب بين القابلية للإيحاء وضبط الذات أو أحد أبعاده**(Ludwig et al.,2013؛ Otgaar et al.,2012)**، اختلفت معها دراسات كل من **(Bain et al., 2007؛ Calì et al., 2015؛ Pornsakulvanich,2018)** بإيجابية الارتباط بينهما.
٥. التعارض بين نتائج الدراسات في الفروق بين الذكور والإناث في ضبط الذات ففي حين أن دراسة **(نجلاء محمد، ٢٠١٠)** أشارت إلى عدم وجود فروق في ضبط الذات

بين الذكور والإناث، أشارت نتائج دراسة **جودينو(Godino, 2009)**، ودراسة **ميرشيكاري وآخرون(Mirshekari et al., 2014)** إلى وجود فروق في مراقبة الذات بين الذكور والإناث في اتجاه الإناث.

٦. التباين بين نتائج الدراسات فيما يتعلق بالفروق في القابلية للإيحاء بين الذكور والإناث، ففي حين أشارت نتائج دراسة**(Godino, 2009)** إلى أن الإناث أكثر قابلية للإيحاء من الذكور، توصلت دراسة**(آيات رفاعي،٢٠١٤)** إلى أن الذكور أكثر قابلية للإيحاء من الإناث.

ثانيًا: ما تضيفه الدراسة الحالية:

١. بناء مقياس القابلية للإيحاء وتضمن أربعة أبعاد وهي(قبول التفسيرات الجاهزة- المسايرة المفرطة- التأثر الحسي- الاعتقاد في قوى خفية توجه السلوك) فضلًا عن مقياس ضبط الذات وتضمن أربعة أبعاد وهي(تقييم الذات- إدارة الذات- التحكم في الاندفاع- الوعى بالذات)، حيث إن الظواهر النفسية والسلوكية ظواهر متغيرة، ومن الصعب ضبطها على نحو كامل ودقيق، لذلك فإن المقياس الذي يناسب ظاهرة في وقت سابق من الصعب أن يشخص الظاهرة ذاتها في وقت لاحق.

وعلى الرغم من الإهتمام الذى لاقته القابلية للإيحاء على المستوى الأجنبي، فإنها لم تحظ بالإهتمام الكافٍ على المستوى المحلي، لاسيما في علاقتها بضبط الذات رغم انتشار سمة القابلية للإيحاء في مجتمعنا في العقود الأخيرة، لذا تنهض الدراسة الحالية إلى فحص هذه السمة في علاقتها بضبط الذات، وبذلك فقد جاءت فروض الدراسة على النحو التالي:

فروض الدراسة:

في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة يمكن صياغة فروض الدراسة على النحو التالي:

١. توجد علاقة إرتباطية بين القابلية للإيحاء وضبط الذات لدى عينة الدراسة طلاب الجامعة.
٢. توجد فروق بين متوسطات درجات عينة الدراسة من طلاب الجامعة الذكور والإناث على مقياس القابلية للإيحاء.
٣. توجد فروق بين متوسطات درجات عينة الدراسة من طلاب الجامعة الذكور والإناث على مقياس ضبط الذات.

منهج الدراسة وإجراءاتها

أولاً: منهج الدراسة:

اعتمدت هذه الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي المقارن؛ وذلك للكشف عن طبيعة العلاقة بين القابلية للإيحاء وضبط الذات لدى عينة الدراسة من طلاب الجامعة، وللكشف عن الفروق ودلالتها في كلٍ من القابلية للإيحاء وضبط الذات لدى عينة الدراســـــة في ضوء النوع (الذكور- الإناث).

ثانيًا: عينة الدراسة:

أُختيرت عينة الدراسة بطريقة عرضية من طلاب الجامعة من كل من (كلية التربية- كلية الآداب - كلية التمريض) من جامعة بنها، وبلغ عدد العينة في صورتها الأولية(٢٢٠) طالب وطالبة، وتم استبعاد (٧٠) طالبًا وطالبة؛ لعدم الاجابة على بعض العبارات، أو ترك أحد المقاييس

كاملًا دون الإجابة عليه، ومن ثم أصبحت العينة النهائية للدراسة(١٥٠) طالب وطالبة بواقع(٧٠) من الذكور، و(٨٠) من الإناث، تراوحت أعمارهم ما بين(١٩-٢٣) عامًا بمتوسط عمري (٢٠,٩٣)، وانحراف معياري(٠,٩٦٠).

شروط إختيار عينة الدراسة:

١. أن يكون أفراد العينة من الذكور والإناث.
٢. عدم وجود أى إعاقة لدى أفراد العينة.

وتم استبعاد الطلاب الذين لا تنطبق عليهم شروط اختيار العينة.

ثالثًا: أدوات الدراسة:

لإتمام إجراءات الدراسة تم الاستعانة بالأدوات التالية:

١. مقياس القابلية للإيحاء(**إعداد الباحث**).
٢. مقياس ضبط الذات(**إعداد: الباحث**).

١. مقياس القابلية للإيحاء:

أعد الباحث هذا المقياس لتقدير درجة القابلية للإيحاء لدى عينة من طلاب الجامعة والذين تتراوح أعمارهم ما بين(١٧-٢٣) عامًا، ويمكن توضيح مراحل إعداد هذا المقياس فيما يلي:-

المرحلة الأولى: استقراء الأدبيات التي تناولت القابلية للإيحاء وعمل مسح للمقاييس والأدوات التي أعدت من قبل على مراحل عمرية مختلفة ومنها: (**آيات رفاعي، ٢٠١٤؛ ضمياء محمد، ٢٠١٤؛ على جاوش،٢٠١٣؛ Kotov et al., 2004؛ محمد عبدالواحد، ٢٠٠٦؛ مصري حنورة،١٩٨٦؛ ناجح المعموري وعلى مظلوم،٢٠١٤**)، وتم عمل تحليل مضمون لهذه المقاييس، والاستعانة ببعض البنود في بناء هذا المقياس، وقد انتهت هذه الدراسة إلى أن أنسب شكل لمحتوى المقياس هو اختبار الورقة والقلم (لفظي).

المرحلة الثانية: تحديد مكونات المقياس:

في ضوء استقراء الأطر النظرية وتحليل وتفنيد الدراسات السابقة، فضلًا عن استطلاع الخبراء من أساتذة علم النفس بشأن أبعاد القابلية للإيحاء تم تحديد هذه المكونات والتي شملت أربعة أبعاد (قبول التفسيرات الجاهزة- المسايرة المفرطة - الاعتقاد في قوى خفية توجه السلوك- التأثر الحسي).

المرحلة الثالثة: صياغة بنود المقياس: في ضوء تحليل الأطر النظرية المعنية بالقابلية للإيحاء، وكذلك الإطلاع على المقاييس السابقة، وتحليل مضمونها، تم استخلاص بعض العبارات والبنود للاستعانة بها في بناء هذا المقياس، فضلًا عن صياغة بنود وعبارات جديدة اعتمادًا على نتائج تحليل هذه المصادر المختلفة، ورُوعى عند صياغة بنود المقياس وعباراته أن تكون الصياغة بلغة عربية فصحى، تتسم بالوضوح والبساطة وتتلاءم مع الخصائص المتنوعة لعينة الدراسة، وألا تبدأ العبارات بأداة نفى مثل (لم، لا) وألا تشتمل العبارات على كلمات مثل(أحيانًا- غالبًا- أحب- أميل إلى)، وألا تشتمل العبارة على أكثر من فكرة، وأن يتنوع مضمون هذه العبارات بين السلب والإيجاب، ولقد بلغ عدد بنود المقياس في صورته الأولية(٤٠) عبارة موزعة على مقاييسه الفرعية.

المرحلة الرابعة: تحديد بدائل الإستجابة على المقياس: أعدت ثلاثة بدائل للإستجابة على مواقف المقياس بحيث يحصل البديل الذي يعبر عن القابلية المرتفعة للإيحاء على ثلاث درجات(أوافق)، أما البديل الذي يعبر عن القابلية للإيحاء المتوسطة على درجتين(أحيانًا)، ودرجة واحدة للبديل الذي يعبر عن أدنى درجة في القابلية للإيحاء(لا أوافق).

المرحلة الخامسة: تحكيم المقياس: تم عرض المقياس كمكونات مستقلة على مجموعة من خبراء علم النفس والصحة النفسية(ن=٧)، لإبداء وجهة نظرهم بصدد عبارات المقياس، وبناءً عليه تم تعديل صياغة عدد من البنود، والإبقاء على البنود التي حظت بنسبة إتفاق عالية بلغت (٨٥.٧%) فأكثر من اتفاق المحكمين، وتعديل مُسمى أحد مكونات المقياس وهو(العدوى الحسية) ليتم تعديله إلى(التأثر الحسي)، فضلًا عن حذف(١٤) بندًا لعدم ملائمة الصياغة، وبذلك أصبح عدد بنود المقياس(٢٦) بندًا.

المرحلة السادسة: **الصورة النهائية للمقياس**:

تكون المقياس في صورته النهائية من(٢٦) بندًا تم توزيعهم على أربعة أبعاد تتعلق بالقابلية للإيحاء بعضها إيجابي وبعضها سلبي، يوجد أمام كل بند ثلاثة اختيارات هي(أوافق– أحيانًا– لا أوافق) تحصل البنود الإيجابية منها على الدرجات(٣-٢-١) على التوالي، أما البنود السلبية فتتبع عكس هذا التدرج، وبذلك تتروح الدرجة الكلية للمقياس بين(٢٦-٧٨) درجة، تدل الدرجة المرتفعة على مستوى مرتفع من القابلية للإيحاء، والعكس صحيح، والوقت المحدد للإجابة على هذا المقياس(١٠) دقائق.

المرحلة السابعة: حساب الكفاءة السيكومترية للمقياس:

قام الباحث بحساب الخصائص السيكومترية للمقياس على(٥٥) طالبًا وطالبةً من طلاب كلية التربية، جامعة بنها من تخصصات مختلفة من كل من الفرق الأولى، والثانية، والثالثة، والرابعة، وتروحت أعمارهم بين (١٧ - ٢٢) عامًا، بتموسط عمري(١٩,٤٥)، وانحراف معياري (١,١٥)، والجدول (٢) يوضح طريقتى حساب ثبات مقياس القابلية للإيحاء.

أولًا: ثبات المقياس:

تم حساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية، وبلغ معامل الثبات بعد تصحيح طول المقياس باستخدام معادلة سبيرمان بروان(٠,٦٣١)، كما تم حساب الثبات بطريقة معامل الفاكرونباخ، وبلغ معامل الثبات(٠,٦٤٨).

ثانيًا: صدق المقياس: أما بالنسبة للصدق فقد تم حسابه بطريقتين:

أ- **الصدق الظاهري:** وذلك بعرضه على مجموعة من الخبراء في علم النفس والصحة النفسية.[١]

---

[١] أسماء محكمي المقياس : أ. د إبتسام اسماعيل محمد كلية التربية – جامعة الزقازيق، أ. د إيهاب عبد العزيز الببلاوى كلية التربية – جامعة الزقازيق، أ. د عطية عطية محمد كلية التربية – جامعة الزقازيق، أ. د محمد السيد عبد الرحمن كلية التربية – جامعة الزقازيق، أ. د محمد بيومى خليل كلية التربية – جامعة الزقازيق، ، أ. د محمد محمود خضير كلية التربية – جامعة الزقازيق، أ. م. د هشام إبراهيم عبد الله كلية التربية – جامعة الزقازيق.

ب- **الصدق المرتبط بالمحك،** بحساب معامل الارتباط بين درجات العينة على مقياس هذه الدراسة، ودرجاتهم على مقياس القابلية للاستهواء إعداد (**آيات رفاعي، ٢٠١٤**)، وبلغ معامل الارتباط باستخدام معامل ارتباط بيرسون(٥٨٤,)، وهو ارتباط دال عند مستوى(٠,٠١).

٢. مقياس ضبط الذات:

أعد الباحث هذا المقياس لتقدير درجة ضبط الذات لدى عينة من طلاب الجامعة(ن= ٥٠) و تتراوح أعمارهم ما بين(١٨-٢٢) سنة، بمتوسط عمري(٢٠,٠٨)، وانحراف معياري(١,٢٠)، ويمكن توضيح مراحل إعداد هذا المقياس فيما يأتي:

المرحلة الأولى: استقراء الأدبيات التي تناولت ضبط الذات وعمل مسح للمقاييس والأدوات التي أعدت من قبل على مراحل عمرية مختلفة ومنها ضبط الذات (**Arneklev, Elis & Medicott, 2006؛ عبدالوهاب كامل، ١٩٨٨؛ Boer, Hooft& Bakker, 2011؛ Burton, Cullen, Evans, Alarid& Dunaway, 1998؛ Tangney, Baumeister & Boone, 2004؛ نشأت حسونة،٢٠١٢**)، وتم عمل تحليل مضمون لهذه المقاييس، والاستعانة ببعض البنود في بناء هذا المقياس، وقد انتهت هذه الدراسة إلى أنسب شكل لمحتوى المقياس هو اختبار الورقة والقلم (لفظي).

المرحلة الثانية: تحديد مكونات المقياس:

في ضوء استقراء الأطر النظرية، وتحليل الدراسات السابقة، فضلًا عن استطلاع الخبراء من أساتذة علم النفس والصحة النفسية، بشأن أبعاد ضبط الذات تم تحديد هذه المكونات والتي شملت أربعة أبعاد نستعرضها وهي: تقييم الذات- إدارة الذات - التحكم في الاندفاع- الوعى بالذات.

المرحلة الثالثة: صياغة بنود المقياس:في ضوء تحليل الأطر النظرية، والمقاييس السابقة المعنية بضبط الذات، وتحليل مضمونها، تم استخلاص بعض العبارات والبنود للاستعانة بها في بناء هذا المقياس، فضلًا عن صياغة بنود وعبارات جديدة، اعتمادًا على نتائج تحليل هذه المصادر المختلفة، ورُوعى عند صياغة بنود المقياس وعباراته أن تكون الصياغة بلغة عربية فصحى، تتسم بالوضوح والبساطة وتتلاءم مع خصائص عينة الدراسة، ولقد بلغ عدد بنود المقياس في صورته المبدئية(٤٠) عبارة موزعة على مقاييسه الفرعية.

المرحلة الرابعة: تحديد بدائل الاستجابة على المقياس: أعدت ثلاث بدائل للإستجابة على مواقف المقياس، بحيث يحصل البديل الذي يعبر عن ضبط ذاتي مرتفع على ثلاث درجات(أوافق)، أما البديل الذي يعبر عن ضبط ذاتي متوسط فيحصل على درجتين(أحيانًا)، ودرجة واحدة للبديل الذي يعبر عن أدنى درجة لضبط الذات(لا أوافق).

المرحلة الخامسة: تحكيم المقياس: تم عرض المقياس كمكونات مستقلة على مجموعة من خبراء علم النفس والصحة النفسية(ن=٧)، لإبداء وجهة نظرهم بصدد عبارات المقياس، وأسفر التحكيم عن نتائج أهمها: الإبقاء على البنود التي حظت بنسبة إتفاق عالية بلغت (٨٥,٧%) فأكثر من إتفاق المحكمين، وبناءً عليه تم تعديل صياغة عدد من البنود، فضلًا عن حذف(١٤) بندًا لعدم ملائمة الصياغة، وبذلك أصبح عدد بنود المقياس(٢٦) بندًا.

المرحلة السادسة: **الصورة النهائية للمقياس**: ويتكون المقياس في صورته النهائية من (٢٦) بندًا تم توزيعهم على أربعة أبعاد، بعضها إيجابي وبعضها سلبي، يوجد أمام كل بند ثلاثة اختيارات هي(أوافق – أحيانًا – لا أوافق)، تحصل البنود الإيجابية منها على الدرجات(٣-٢-١) على التوالي، أما البنود السلبية فتتبع عكس هذا التدرج، وبذلك تتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين (٢٦-٧٨) درجة، تدل الدرجة المرتفعة على مستوى مرتفع من ضبط الذات، والعكس صحيح، والوقت المحدد للإجابة على هذا المقياس (١٠) دقائق.

المرحلة السابعة: حساب الكفاءة السيكومترية للمقياس:

تضمنت هذه المرحلة الآتي: قام الباحث بحساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية على(٥٠) طالبًا وطالبةً من طلاب كلية التربية جامعة بنها من تخصصات مختلفة من كل من الفرق الأولى، والثانية والثالثة، والرابعة وتراوحت أعمارهم بين(١٨- ٢٢) عامًا، بتموسط عمري (٢٠,٠٨) سنة، وانحراف معياري(١,٢٠)، والجدول (٣) يظهر طريقتى حساب ثبات مقياس ضبط الذات.

أولًا: ثبات المقياس:

تم حساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية وبلغ معامل الثبات بعد تصحيح طول المقياس باستخدام معادلة سبيرمان (٠,٧٠٥)، كما تم حساب الثبات بطريقة معامل الفاكرونباخ وبلغ معامل الثبات(٠,٧٢٣).

أما بالنسبة للصدق فقد تم حسابه بطريقتين:

الطريقة الاولى: الصدق الظاهري: وذلك بعرضه على مجموعة من الخبراء في علم النفس والصحة النفسية.[٢]

الطريقة الثانية: الصدق المرتبط بالمحك: بحساب معامل الارتباط بين درجات العينة على مقياس هذه الدراسة، ودرجاتهم على مقياس ضبط الذات **(إعداد: وليد عاشور، ٢٠١٤)**، وبلغ معامل الارتباط بإستخدام معامل ارتباط بيرسون(٠,٦٧٧)، وهو ارتباط دال عندى مستوى (٠,٠١).

خامسًا: الأساليب الإحصائية:

للتحقق من أهداف الدراسة وفروضها وعينتها تم الاستعانة ببرنامج التحليل الإحصائي للعلوم الإجتماعية **SPSS** (إصدار رقم ٢٢)، ولقد تم توظيف الأساليب الإحصائية التالية؛ للتأكد من الكفاءة السيكومترية للمقياسين اللذين سيعدان في هذه الدراسة، والتحقق من صدق فروض الدراسة، وهي كالتالي:

---

[٢] أسماء محكمي المقياس : أ. د إبتسام اسماعيل محمد كلية التربية – جامعة الزقازيق، أ. د إيهاب عبد العزيز الببلاوى كلية التربية – جامعة الزقازيق، أ. د عطية عطية محمد كلية التربية – جامعة الزقازيق، أ. د محمد السيد عبد الرحمن كلية التربية – جامعة الزقازيق، أ. د محمد بيومى خليل كلية التربية – جامعة الزقازيق، ، أ. د محمد محمود خضير كلية التربية – جامعة الزقازيق، أ. م. د هشام إبراهيم عبد الله كلية التربية – جامعة الزقازيق.

١. معامل ارتباط بيرسون.
٢. اختبار (ت) البارامترى لدلالة الفروق بين المجموعات المستقلة.
٣. معامل ألفا لكرونباخ.
٤. معامل سبيرمان براون لتصحيح طول المقياس.

نتائج الدراسة مناقشتها وتفسيرها

الفرض الأول: ونصه **يوجد ارتباط بين درجات عينة الدراسة من طلاب االجامعة على مقياس القابلية للإيحاء ومقياس ضبط الذات،** وللتأكد من صحة هذا الفرض تمت معالجة استجابات عينة الدراسة باستخدام معامل ارتباط بيرسون بين درجات العينة على مقياس القابلية للإيحاء ودرجاتهم على مقياس ضبط الذات، وأشارت النتائج إلى وجود ارتباط سالب دال إحصائيًا بين القابلية للإيحاء وضبط الذات، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط (-٠,٢)، وإن كانت قيمة معامل الارتباط صغيرة إلا أنها دالة بشكل عالٍ عند مستوى (٠,٠٥) مما يشير إلى تحقق صحة الفرض الأول.

وبتفنيد هذه النتيجة يتبين أنها تتفق مع النتائج التي انتهت إليها دراسة أوتجار وآخرون**(Otgaar et al., 2012)** والتي توصلت على إلى انخفاض ضبط الذات من شأنه أن يؤدى إلى زيادة مستويات القابلية للإيحاء، كما اتفق ذلك مع ما توصلت اليه دراسة لودينج وآخرون **(Ludwig et al., 2013)** وهو أن الاندفاعية الحركية وضبط الذات منبئان بالقابلية للإيحاء.

ولكن اختلف ذلك مع دراسة باين وآخرون **(Bain et al., 2007)** والتي توصلت إلى أن ارتفاع مراقبة الذات يؤدى إلى الارتفاع على المقاييس الأربعة للقابلية للإيحاء عن منخفضي مراقبة الذات.

وأمكن تفسير وجود ارتباط سالب بين القابلية للإيحاء وضبط الذات من خلال ما اشار اليه أوتجار ورفاقه **(Otgaar et al., 2012)** وهو أن استنزاف ضبط الذات **Depleting self control** نتيجة الانخراط في مهام تستوجب ضبط الذات من شأنه التأثير على الوظائف التنفيذية فيصبح الفرد أقل ثقة في ذاكرته ومن ثم يكون أكثرًا ميلًا لقبول الإيحاءات الخارجية، كما أكدت دراسة(**Giles, Gopnik & Heyman, Shapiro& Purdy, 2005**) أن العجز في مراقبة مصدر المعلومات(الحدث الحقيقي- المناقشة) يؤدي إلى زيادة القابلية للإيحاء.

الفرض الثاني: ونصه **توجد فروق بين متوسطات درجات عينة الدراسة من طلاب الجامعة الذكور والإناث على مقياس القابلية للإيحاء،** وللتحقق من صحة هذا الفرض تمت معالجة استجابات أفراد العينة على مقياس القابلية للإيحاء باستخدام اختبار(ت) للعينات المستقلة، وقد أسفرت عن النتائج المبينة بالجدول**(١)**:

جدول (١)

المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيم (ت) ودلالتها بين الذكور والإناث من طلاب الجامعة على مقياس القابلية للإيحاء

المجموعة / المتغير	ذكور (ن=٧٠)		إناث (ن=٨٠)		قيمة "ت"	مستوى الدلالة
	م	ع	م	ع		
القابلية للإيحاء	٥١,١٤	٤,٨٩٤	٥٣,٧٠	٤,٩٥٩	٣,١٧٠	٠,٠١

تشير النتائج المدونة في جدول (٢) إلى تحقق صدق الفرض الثاني: بوجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطات درجات عينتى الذكور والإناث على مقياس القابلية للإيحاء في اتجاه الإناث.

وتتفق هذه النتيجة مع ما أسفرت عنه دراسة **(Godino, 2009)**، ودراسة **(Ludwig et al., 2013)**، وهو أن الإناث أكثر قابلية للإيحاء من الذكور.

واختلف ذلك مع نتائج دراسة (**فاطمة السيد، ٢٠١٧**) والتى توصلت إلى عدم وجود فروق في القابلية للإيحاء بين الذكور والإناث.

واختلف أيضًا مع ما توصلت اليه دراسات كل من (**آيات رفاعى، ٢٠١٤؛ محمد محمد،٢٠١٧**) إلى أن الذكور أكثر قابلية للإيحاء من الإناث.

وأمكن تفسير وجود فروق فى القابلية للإيحاء بين الذكور والإناث فى اتجاه الإناث؛ ذلك أن من طباع الإناث سرعة التأثر بالانفعالات، والاستعداد للاستسلام**(أحمد توفيق، ٢٠٠٦: ٢٢١)**، وأن الإيحاء متغير انفعالي في الأساس والإناث أكثر من الذكور في المشاركة الانفعالية وهى إحدى أبعاد القابلية للإيحاء**(Ordi& Miguel , 1999)**، كما قد يعزى ارتفاع القابلية للإيحاء لدى الإناث إلى كونهن أكثر تعاطفًا وأكثر حساسية للهاديات غير اللفظية للآخرين ويتمتعن بالقدرة على التكيف مع التمثيلات المعرفية للآخرين - من مظاهر القابلية للإيحاء-وعلاوة على ذلك فإن تقدير الذات لدى الإناث يعتمد على قدرتهن بالحفاظ على علاقاتهن بالآخرين، في حين يعتمد الذكور على الحفاظ على الاستقلال-أحد مظاهر الإيحاء المضاد- عن الآخرين**(ليري وهويل، ٢٠١٨: ٢٣٠-٢٣١)**.

الفرض الثالث: ونصه **توجد فروق بين متوسطات درجات عينة الدراسة من طلاب االجامعة الذكور والإناث في ضبط الذات**، وللتحقق من صحة هذا الفرض تمت معالجة استجابات أفراد العينة على مقياس ضبط الذات باستخدام اختبار(ت) للعينات المستقلة، وقد أسفرت عن النتائج المبينة بالجدول(٢):

جدول (٢)

المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيم (ت) ودلالتها بين الذكور والإناث من طلاب الجامعة على مقياس ضبط الذات

المجموعة / المتغير	ذكور (ن=٧٠)		إناث (ن=٨٠)		قيمة "ت"	مستوى الدلالة
	م	ع	م	ع		
ضبط الذات	٥٦,٣٩	٥,٦٥٠	٥٥,٤١	٥,١١٣	١,١٠٧	غير دالة

تشير النتائج المدونة في جدول (٢) إلى عدم تحقق صدق الفرض الثالث بوجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطات درجات عينتى الذكور والإناث على مقياس ضبط الذات.

الفرض الثالث: فيما يتعلق بهذا الفرض والذي ثبت عدم صحته تبين **عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في ضبط الذات،** واتفق ذلك مع ما توصلت إليه دراسة(**نجلاء محمد، ٢٠١٠**) والتى أشارت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث من طلاب الجامعة في ضبط الذات.

واختلف ذلك مع ما أسفرت عنه دراسة **جودينو(Godino, 2009)** بوجد فروق دالة إحصائيًا في مراقبة الذات بين الذكور والإناث تجاه الإناث، واختلف ذلك أيضًا مع ما توصلت إليه دراسة(**وليد عاشور، ٢٠١٤**) إلى أن الإناث أكثر من الذكور في منع السلوك المعيق لتحقيق الأهداف(أحد أبعاد ضبط الذات).

وأمكن تفسير عدم وجود فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث في ضبط الذات إلي أن الذكور والإناث في هذه المرحلة العمرية يشعرون بنفس الدرجة عن مسئوليتهم فيما يتعلق بأعمالهم ونتائجها، ويكونون أكثر اعتمادًا على الذات في تلبية احتياجاتهم، ويعملون على تحقيق أهدافهم كنوع من إثبات الذات، لا سيما مع تغير وجهة نظر المجتمع للدور المتوقع من كل من الذكور والإناث القيام به، فضلًا عن توقع المحاسبة لكليهما فلم يعد من المقبول أن نحمل الذكور نتيجة أفعالهم دونًا عن الإناث (**هانم أحمد، وإحسان عطية، ٢٠١٨: ٢٢٥-٢٢٦**)، فضلًا عن تقارب كلًا من الذكور والإناث في العمر الزمني والدافعية نحو التعامل مع المتطلبات الأكاديمية بنجاح، ودافعيتهم نحو أداء أدوارهم المهمة في الحياة، والحصول على تقدير الذات الإيجابي(**علي صالح، ومحمد منشد:٢٠١٨**)، فضلًا عن أن الضبط الذاتي يتم اكتسابه عن طريق عمليات التعلم الاجتماعي(**عبدالستار إبراهيم، ٢٠١١ : ٢٦٦**).

توصيات الدراسة:

في ضوء ما أسفرت عنه الدراسة من نتائج، فإنه يمكن طرح بعض التوصيات الآتية:

١. إعداد برامج إرشادية ووقائية لتخفيف مستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة، والعمل على الحد من آثارها السلبية.
٢. إعداد برامج إرشادية ومحاضرات لتنمية التفكير النقدي لدى طلاب الجامعة، وخاصة الطالبات لأنهن أكثر قابلية للإيحاء.

٣. إقامة دورات تدريبية تستهدف تنمية مهارات الضبط الذاتي لدى طلاب الجامعة.

البحوث المقترحة:

في ضوء نتائج الدراسة أمكن طرح بعض البحوث والدراسات المقترحة من خلال:

١. فعالية برنامج إرشادي قائم على الضبط الذاتي لخفض القابلية للإيحاء.
٢. اليقظة العقلية وعلاقتها بكلٍ من القابلية للإيحاء وضبط الذات لدىطلاب الجامعة.
٣. ضبط الذات لدى الأطفال والمراهقين(دراسة طولية).
٤. الإسهام النسبي للقابلية للإيحاء وضبط الذات في التنبؤ بالسلوك الجانح لدى المراهقين.
٥. الفروق في القابلية للإيحاء بين المكتئبين وغير المكتئبين من طلاب الجامعة.

المراجع

١. إبراهيم باجس معالي(٢٠١٥). فاعلية برنامج تدريب في تحسين الضبط الذاتي وخفض العزلة لدى الطلبة المراهقين. **مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية**،٢٤(١)،٧٩– ٩٠. مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/670332

٢. أحمد أبو غوش(١٩٩٦). فعالية التدريب على الضبط الذاتي في خفض السلوك العدوان لدى عينة من طلبة المرحلة الأساسية المتوسطة. **رسالة ماجستير غير منشورة.** كلية الدراسات العليا. الجامعة الاردنية.

٣. أحمد توفيق(٢٠٠٦). **الإيحاء العقلي**. عمان: دار عالم الثقافة للنشر والتوزيع.

٤. أحمد عكاشة (٢٠٠٩). **تشريح الشخصية المصرية**. القاهرة: دار الشروق.

٥. أحمد محمد عبد الخالق (٢٠١٠). الفروق في القابلية للإيحاء بين الأسوياء ومرضى القلق والفصاميين. **مجلة العلوم الاجتماعية**، ٣٨(٤)، ١٥- ١٤. مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/362793

٦. ــ (٢٠١١). الإيحاء بتمايل الجسم لدى الفصاميين والعصابيين والأسوياء. **مجلة العلوم الاجتماعية**، ٣٨(٤)، ٦٢٣- ٦٤٦. **مسترجع من** http://search.mandumah.com/Record/114620

٧. أشرف على السيد (٢٠٠٣). البروفيل النفسى لمدمنى الهروين. **بحث مرجعى ضمن متطلبات الترقية لدرجة أستاذ مساعد**. مقدم للجنة العلمية الدائمة لفحص الإنتاج العلمي للمتقدين للإساتذة والأستاذة المساعدين لعلم النفس.

٨. أوسم وصفي (٢٠٠٩). **صحة العلاقات: تحدي الشفاء والنضوج في مجتمع حقيقي**. القاهرة: دار الحياة.

٩. آيات عزت رفاعي(٢٠١٤). القابلية للإستهوا وعلاقتها برتبة الهوية لدى عينة من طلاب الجامعة. **رسالة ماجستير غير منشورة**. كلية التربية. جامعة أسوان.

١٠. بهجت عبد المجيد أبو سليمان، ومنذر يوسف بلعاوي(٢٠١٤). فاعلية برنامج في التدريب على الضبط الذاتي في خفض الضغوط النفسية لدى عينة من طلبة السنة التحضيرية في جامعة القصيم، **مجلة كلية التربية. جامعة الأزهر**، ٢(١٥٩)، ١٦٩–١٩٦. مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/662630

١١. حلمي المليجي(٢٠٠٠). **علم النفس المعاصر**. ط الثامنة. بيروت: دار النهضة العربية.
١٢. رمـــــــــــزي محمد حسن(٢٠١٤). الإتزان الانفعالى وعلاقته بضبط الذات لدى طلبة جامعة اليرموك. **رسالة ماجستير غير منشورة.** كلية التربية. جامعة اليرموك. مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/721275
١٣. زينب محمود شقير(١٩٩٩). الاتجاه نحو الغش الدراسي كما تعكسه العلاقة بين الضبط الذاتي والضبط الإجتماعى لدى عينة من طالبت الجامعة المصريات والسعوديات، دراسة عبر حضارية. **المؤتمر العلمي الرابع لكلية التربية بجامعة طنطا (دور كليات التربية في مواجهة المشكلات التربوية والسلوكية)** كلية التربية. جامعة طنطا، ١– ٤١. مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/49027
١٤. سالي جمعة(٢٠٠٨). الإدمان(المخدرات، المسكرات، التدخين) من و جهة النظر النفسية. مسترجع من http://www.moqatel.com/openshare/Behoth/Mnfsia15/Edman-Egtm/sec06.doc_cvt.htm
١٥. السيرل بيرت(١٩٤٧). تقديرات الشخصية. ترجمة: صبرى جرجس. **مجلة علم النفس**. دار المعارف للطباعة والنشر.
١٦. صفاء حسين محمد(٢٠١٠). قلق التفاوض والقابلية للاستهواء وعلاقتهما بجودة القرار لدى رؤساء الأقسام العلمية في الجامعة. **رسالة دكتوراه غير منشورة.** كلية التربية. الجامعة المستنصرية. مسترجع من http://search.shamaa.org/FullRecord?ID=98710
١٧. صفاء عبد العظيم محمد (١٩٩٩). الدور المقترح لاخصائى العمل في جماعة الاصدقاء لمواجهة ظاهرة الاستهواء الجماعي، **مجلة البحوث النفسية والتربوية**. كلية التربية، جامعة المنوفية. ١٤(٣). ٣٩٠-٤٣٩.
١٨. ضمياء إبراهيم محمد (٢٠١٤) . المهارات الحياتية والسيادة الدماغية وعلاقتهما بقابلية الاستهواء لدى طلبة الجامعة. **رسالة دكتوراه غير منشورة**. كلية التربية للعلوم الإنسانية. جامعة ديالي. مسترجع من http://search.shamaa.org/FullRecord?ID=111248
١٩. عبدالستار إبراهيم (١٩٨٧). **أسس علم النفس**. الرياض: دار المريخ للنشر.
٢٠. ـــــ (٢٠١١). **العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث أساليبه وميادين تطبيقه**. ط الخامسة. القاهرة: الهيئة المصرية العامة للكتاب.
٢١. عبد العزيز حامد القوصي(١٩٥٤). **علم النفس أسسه وتطبيقاته التربوية**. ط الرابعة. القاهرة : مكتبة النهضة المصرية.
٢٢. عبد اللطيف محمد خليفة(١٩٩٧). المعتقدات الخرافية الشائعة وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى عينة من الكويتيين. **المؤتمر الدولي الرابع(الإرشاد النفسي والمجال التربوي)**.١. ٥٥٣-٥٨٨. مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/39087
٢٣. عبدالوهاب محمد كامل(١٩٨٩). التحكم الذاتي وبعض الاضطرابات السلوكية دراسة سيكومترية. **مجلة كلية التربية**. جامعة طنطا،(٧)، ٣٢ - ٥٣. مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/48402
٢٤. علي جاوش(٢٠١٣). السلوك التسلطي وعلاقته بقابلية الإيحاء لدى أبنائهم المرهقين. **مجلة واسط للعلوم الإنسانية**،(٢٢)،٢٦٠-٢٨٠.
٢٥. علي عبد الرحيم صالح، حسام محمد منشد(٢٠١٨). الإسهام النسبي لأنماط بالصبر في التنبؤ بالمثابرة لدى طلبة كلية التربية. **مجلة العلوم الإنسانية**، ٢٥(٣)، ٢٦٦- ٢٩٥. مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/925995
٢٦. فاطمة خليفة السيد(٢٠١٧). التطرف الفكري وعلاقته بالقابلية للاستهواء وإدمان برامج التواصل الاجتماعي لدى عينة من طلاب الجامعة. **جامعة الملك عبد العزيز**. مسترجع من https://www.researchgate.net
٢٧. مارك. ليرى ، ريك ه. هويل(٢٠١٨). **المرجع في الفروق الفردية في السلوك الاجتماعي.** ترجمة: عبداللطيف خليفة، عبدالمنعم شحاتة. القاهرة: المركز القومي للترجمة.٢٠٠٩.

٢٨. محمد إبراهيم محمد(٢٠١٧). التطرف الفكري وعلاقته بالعدائية والقابلية للاستهواء والبلادة الانفعالية لدى طلاب الجامعة. **مجلة كلية التربية. جامعة طنطا**. ٦٧(٢). ٥٩٢- ٦٤٤.

٢٩. محمد مسعد عبد الواحد(٢٠٠٦) . المشكلات السلوكية لدى التلاميذ مرتفعي ومنخفضي القابلية للاستهواء (دراسة تشخيصية). **رسالة ماجستير غير منشورة.** كلية التربية. جامعة الفيوم .

٣٠. مصري عبد الحميد حنورة (١٩٨٦). بعض أبعاد مشكلة تعاطي المخدرات والكحوليات بين طلاب الجامعة بمصر: دراسة نفسية. **المجلة التربوية**. الكويت،٣(٨ ، ٩ ، ١٠ ،١١)، ٤٤– ٧٦. مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/33001

٣١. ممدوح صابر أحمد(١٩٩٦). علاقة القابلية للإيحاء ببعض سمات الشخصية لدى عينة من طلاب الجامعة. **مجلة علم النفس**، ١٠(٣٨)، ١٠٦– ١١٧. مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/171847

٣٢. ناجح حمزة المعموري، وعلي حسن مظلوم(٢٠١٤). العزلة الاجتماعية وعلاقتها بالاستهواء لدى الأطفال. **مجلة العلوم الإنسانية**. كلية التربية صفي الدين الحلي. جامعة بابل. (٢٢). ١٨٥-١٩٦. مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/636209

٣٣. نجلاء فتحي محمد (٢٠١٠). إدارة الغضب وعلاقتها بالضبط الذاتي لدى طلاب الجامعة. **مجلة كلية التربية. جامعة بورسعيد**، ٤(٢)، ٤٣٥-٤٦٤. مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/114408

٣٤. نجية اسحق عبدالله(١٩٨٤). **سيكولوجية البغاء: دراسة نظرية وميدانية**. القاهرة: مكتبة الخانجي.

٣٥. نرمين عباس أحمد(٢٠١٧). التآزر الحسي الحركي والقابلية للإيحاء وعلاقتهما ببعض اضطرابات القلق وفقًا لـ DSM-5. **رسالة ماجستير غير منشورة**. قسم علم النفس. كلية الآداب. جامعة إسكندرية.

٣٦. نشأت محمود حسونة(٢٠١٢). بناء مقياس لتقييم ضبط الذات وإدارتها لدى طلبة الجامعات الأردنية. **مجلة عالم التربية**، ١٣(٣٨)، ١٥- ٤٣. مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/621263

٣٧. نيرة إبراهيم شوشة(٢٠١٣). المعتقدات الخرافية في علاقتها بكل من القابلية للإيحاء ووجهة الضبط وبعض المتغيرات الديوجرافية لدى طلاب الجامعة. **رسالة ماجستير غير منشورة.** كلية الاداب. جامعة القاهرة .

٣٨. هبة إبراهيم مصطفى(١٩٩٤).القلق وعلاقته ببعض الأمراض العصابية والذهانية مع الاشارة إلى دور البيئة في متغيرات الدراسة). **أطروحة دكتوراه غير منشورة**. كلية الاداب. جامعة المنيا.

٣٩. وفاء محمد فضلي (١٩٩٥). فعالية العلاج المعرفي في تعديل الأفكار الخاطئة لدى المنحرفات جنسيًا: دراسة تجريبية مطبقة على عينة من البغايا بدار الأمان. **مجلة علوم وفنون**، ٧(١)، ١٥– ٥٤. مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/67782

٤٠. وليد حسن عاشور(٢٠١٤). بنية ضبط الذات لدى طلاب الجامعة في ضوء المستوى التعليمي والنوع. **مجلة جامعة عين شمس للقياس والتقويم**، ٤(٧)، ١٠٥-١٤٨.

٤١. وليم و. لامبرت ووالاس إ. لامبرت(١٩٩٣).**علم النفس الاجتماعي** ترجمة سلوى الملا. مراجعة: محمد عثمان نجاتي. القاهرة. دار الشروق.

42. Arneklev, B. J., Elis, L., & Medlicott, S. (2006). Testing the General Theory of Crime: Comparing the Effects of" Imprudent Behavior" and

an Attitudinal Indicator of" Low Self-Control". *Western Criminology Review*, 7(3). Retrieved from https://www.researchgate.net

43. Arneklev, B. J., Grasmick, H. G., Tittle, C. R., & Bursik Jr, R. J. (1993). Low self-control and imprudent behavior. *Journal of Quantitative Criminology*, *9*(3), 225-247. Springer-Verlage Berlin Heidelberg.
44. Bain, S. A., Baxter, J. S., & Ballantyne, K. (2007). Self-monitoring style and levels of interrogative suggestibility. *Personality and Individual Differences*, *42*(4), 623-630. Retrieved from https://www.sciencedirect.com
45. Baumeister, R. F., Vohs, K. D., & Tice, D. M. (2007). The strength model of self-control. *Current directions in psychological science*, 16(6), 351-355. Doi/abs/10.1111/j.1467-8721.2007.00534.x
46. Beckham, A. S. (1933). Over-suggestibility in juvenile delinquency. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 28(2), 172. Retrieved from http://psycnet.apa.org
47. Black, D. S., Semple, R. J., Pokhrel, P., & Grenard, J. L. (2011). Component processes of executive function mindfulness, self-control, and working memory and their relationships with mental and behavioral health. *Mindfulness*, 2(3), 179-185. Springer-Verlage Berlin Heidelberg.
48. Burton Jr, V. S., Cullen, F. T., Evans, T. D., Alarid, L. F., & Dunaway, R. G. (1998). Gender, self-control, and crime. *Journal of Research in Crime and Delinquency*, 35(2), 123-147. Doi/abs/10.1177/0022427898035002001
49. Calì, G., Ambrosini, E., Picconi, L., Mehling, W., & Committeri, G. (2015). Investigating the relationship between interoceptive accuracy, interoceptive awareness, and emotional susceptibility. *Frontiers in psychology*, 6, 1202 Retrieved from.https://www.frontiersin.org

50. Cheung, N. W. (2014). Low self-control and co-occurrence of gambling with substance use and delinquency among Chinese adolescents. *Journal of Gambling Studies*, 30(1), 105-124. Springer-Verlage Berlin Heidelberg.

51. De Boer, B. J., van Hooft, E. A., & Bakker, A. B. (2011). Stop and start control: A distinction within self-control. *European Journal of Personality*, 25(5), 349-362. Retrieved from https://onlinelibrary.wiley.com

52. Duckworth, A. L. (2011). The significance of self-control. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 108(7), 2639-2640. Retrieved from https://www.pnas.org

53. Godino, T. (2009). Gender Differences in Levels of Suggestibility (*Doctoral dissertation*, Rowan University) .

54. Kotov, R. I., Bellman, S. B., & Watson, D. B. (2004). Multidimensional Iowa suggestibility scale (MISS). Retrieved from https:// stonybrook.edu

55. Ludwig, V. U., Stelzel, C., Krutiak, H., Prunkl, C. E., Steimke, R., Paschke, L. M., ... & Walter, H. (2013). Impulsivity, self-control, and hypnotic suggestibility. *Consciousness and cognition*, 22(2), 637-653. Retrieved from https://www.sciencedirect.com

56. Meldrum, R. C., Miller, H. V., & Flexon, J. L. (2013). Susceptibility to peer influence, self control, and delinquency. *Sociological Inquiry*, 83(1), 106-129. Doi: full/10.1111/j.1475-682x.2012.00434

57. Mirshekari H.R., Reza, Chanaq A.R & Mollahy Zahed M . (2014). the investigation of the relationship between ego strength and self control and self esteem , *Indian Journal of Fundamental and Applied Life Sciences.* 4 (S3), 1303-1308. Retrieved from https://pdfs.semanticscholar.org

58. Otgaar, H., Alberts, H., & Cuppens, L. (2012). How cognitive resources alter our perception of the past: Ego depletion enhances the

susceptibility to suggestion. *Applied Cognitive Psychology*, 26(1), 159-163**.** Retrieved from http://citeseerx.ist.psu.edu

59. Pokhrel, P., Sussman, S., Sun, P., Kniazer, V., & Masagutov, R. (2010). Social self-control, sensation seeking and substance use in samples of US and Russian adolescents. *American journal of health behavior*, 34(3), 374-384. Retrieved from https://www.ingentaconnect.com
60. Pornsakulvanich, V. (2018). Excessive use of Facebook: The influence of self-monitoring and Facebook usage on social support. *Kasetsart Journal of Social Sciences*, 39(1), 116-121. Retrieved from https://www.researchgate.net
61. Rickels, K., Downing, R., & Appel, H. (1964). Some personality correlates of suggestibility in normals and neurotics. *Psychological Reports*, 14(3), 715-719. Retrieved from https://www.researchgate.net
62. Rotter, J. B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. Psychological monographs: *General and applied*, 80(1), 1. Retrieved from http://psycnet.apa.org
63. Schmeichel, B. J. (2007). Attention control, memory updating, and emotion regulation temporarily reduce the capacity for executive control. *Journal of Experimental Psychology: General*, 136(2), 241. Retrieved from http://psycnet.apa.org/record/2007-06470-006
64. Shapiro, L. R., & Purdy, T. L. (2005). Suggestibility and source monitoring errors: Blame the interview style, interviewer consistency, and the child's personality. Applied Cognitive Psychology: *The Official Journal of the Society for Applied Research in Memory and Cognition*, 19(4), 489-506. Doi/abs/10.1002/acp.1093
65. Tangney, J.P., Baumeister, R.F., Boone, A.L. (2004). High Self-Control Predicts GoodAdjustment, Less Pathology, Better Grades, and Interpersonal uccess.*Journal of Personality*,271-324. Doi/full/10.1111/j.0022-3506.2004.00263.x

66. VandenBos, G. R. (2015). *APA dictionary of psychology*. second edition. American Psychological Association.

67. Wendy, L.M., & Steven, J.M. (1998). Are dysphoric individuals more suggestible or less suggestible than nondysphoric individuals?. *Journal of Counseling Psychol-ogy*, 45, 225-229. Retrieved from http://psycnet.apa.org

68. Zhu, Y., Au, W., & Yates, G. (2016). University students' self-control and self-regulated learning in a blended course. *The Internet and higher education*, 30, 54-62. Retrieved from https://www.sciencedirect.com

69. Zuckerman , M., & Grosz, H. J. (1958). Suggestibility and dependency. *Journal of Consulting Psychology*, 22(5), 328. . Retrieved from http://psycnet.apa.org