مجلة العلوم الإنسانية العربية
المجلد (٥) العدد (١)
الإصدار الخامس عشر
٢٠٢٤ (١-٢٤)

الانتباه الايجابي الموجه للذات وعلاقته بالسلوك العدواني لدى طلبة الجامعة

ا. م. د. ثناء عبد الودود عبد الحافظ
جامعة بغداد كلية العلوم الإسلامية

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

نشر إلكترونياً بتاريخ: ١٦ أغسطس ٢٠٢٤م

الملخص

يسعى البحث الحالي الى التعرف على الانتباه الايجابي الموجه للذات وعلاقته بالسلوك العدواني لدى طلبة الجامعة. ومن اجل تحقيق اهداف البحث الحالي فقد اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي من خلال عينة من طلبة الجامعة بلغت (500) طالب وطالبة ومن اجل جمع البيانات والمعلومات اللازمة فقد تم اعداد اداتا البحث الحالي والتحقق من الخصائص السيكومترية المناسبة لها من صدق وثبات وبعد تطبيق اداتا البحث توصلت الدراسة الى النتائج التالية:-

١- يمتلك طلبة الجامعة انتباه ايجابي موجه للذات بشكل جيد ومرتفع

٢- تتقارب مستوى الانتباه الايجابي الموجه للذات بين كلا الجنسين من الذكور والاناث

٣- طلبة الجامعة يمتلكون مستوى منخفض من السلوك العدواني

٤- يتقارب مستوى السلوك العدواني بين كلا الجنسين من الذكور والاناث

٥- ان امتلاك مستوى مرتفع من الانتباه الايجابي الموجه للذات لدى طلبة الجامعة يعني ان مستوى السلوك العدواني سيكون منخفضا

الكلمات المفتاحية: الانتباه، الايجابي، الذات، السلوك، العدواني

Abstract

The current research seeks to identify positive self-directed attention and its relationship to aggressive behavior among university students. In order to achieve the objectives of the current research, the study relied on the descriptive, correlational approach through a sample of university students amounting to (500) male and female students. In order to collect the

necessary data and information, it was done Preparing the current research tools and verifying their appropriate psychometric properties, including validity and reliability. After applying the research tools, the study reached the following results:-

1- University students have good and high positive self-directed attention

2- The level of positive attention directed to the self is similar between both males and females

3- University students have a low level of aggressive behavior

4- The level of aggressive behavior is similar between both males and females

5- Having a high level of positive self-directed attention among university students means that the level of aggressive behavior will be low.

Keywords: attention, positive, self, behavior, aggressive

*** مشكلة البحث**

يركز الانتباه الايجابي الموجه للذات على المراقبة الذاتية الدائمة ويحسن الرفاهية، وعلى العكس من ذلك إذا كان الشخص لديه انتباه سلبي موجه للذات يصبح غير قادر على التكيف مع المواقف وتكون استجابته مدمرة وغير مقبولة نوعا ما (Boman et al.,2006:32).

تناقضت الدراسات التي تناولت الانتباه الايجابي الموجه للذات وجدت مجموعة من الدراسات ان الانتباه الايجابي الموجه للذات يتزايد بتزايد التأثير الايجابي، بينما فشلت دراسة اخرى في ان تجد اي علاقة بين التأثير الايجابي وعلاقته بالانتباه الموجه للذات (Salovey,1992 :42)

وقد لاحظت الباحثة تناقض بين نتائج الدراسات التي اهتمت بهذا المتغير اذ اكدت دراسة (مصطفى، 2016: 85) ان طلبة الدبلوم العام يتمتعون بانتباه ايجابي موجه للذات وتوصلت نتائج الدراسة (Abele et al .,2005) ان المزاج الايجابي يعزز الانتباه الايجابي الموجه للذات اذا كان الموضع يسمح بذلك وليس مشغولا بشيء اخر، والعكس صحيح اذا كنت مشغول بشيء فان المزاج الايجابي يقلل من الانتباه الايجابي الموجه للذات، ودراسة جريشام واخرون (Grisham et al .,2015) درست الانتباه الايجابي الموجه للذات في علاج القلق الاجتماعي (الغضب، الاستثارة الفيسلوجية) وتوصلت الدراسة ان التدريب على الانتباه الايجابي الموجه للذات يقلل من الغضب .

يعتبر السلوك العدواني من أهم المشكلات التي تواجه الصحة النفسية والجسمية للإفراد (Turkum,2011:128) وقد عرف الإنسان السلوك العدواني منذ أن وجد على الأرض، وكما الإنسان في تطور مستمر، فالعدوان في تطور مستمر أيضا (موسى ,1999: 15).

أن ازدياد مظاهر العدوان بين طلبة الجامعة، قد يعود إلى تأثر مجتمعاتنا العربية بالثقافة الغربية، تلك الثقافة الهدامة التي تنشر الموت والدمار بين الافراد الذين يكون سهل التأثير عليهم لقلة وعيهم، وتعتبر هذه المشكلة مصدر قلق للمجتمع لأنها تمس مرحلة مهمة (الزبيدي ,2000: 18).

ولهذا تعددت جوانب مشكلة السلوك العدواني ,فهذه الجوانب قد تكون سياسية أو اقتصادية أو نفسية أو حتى اجتماعية ,واختلفت اشكاله ومظاهرة باختلاف المجتمع وثقافته ,ويلاحظ أن العدوان في حالة تطور مستمر ,فمثلا في عام (1961) كانت عدد الموضوعات المنشورة الخاصة بالعدوان لا تزيد عن (40) موضوع ,ومع نهاية القرن العشرين أصبحت هذه الموضوعات ما يفوق (400) موضوع ,ومع بدايات القرن الواحد والعشرين إلى يومنا هذا أصبحت هذه الموضوعات تزيد عن (10,000) منشورة في مجالات ودوريات متخصصة في العلوم الإنسانية (التميمي ,2014: 2)

لقد أصبح السلوك العدواني مشكلة يومية يعيشها المجتمع، وينمو أذا ما وجد الظروف التي تساعده على النمو من مشكلات اقتصادية أو سياسية أو اجتماعية (الاعرجي والمشهداني ,1997: 67).

فالسلوك العدواني يصيب العلاقات الاجتماعية، ويدمرها ويحطم النسيج الاجتماعي للمجتمع ويقف عقبة أمام التنمية المجتمعية والاستقرار الأمني (عبد الصمد ,2002: 198).

بناء على ما سبق يمكن تلخيص مشكلة البحث الحالي من خلال الاجابة على التساؤل التالي:-

١- هل هنالك علاقة ذات دلالة احصائية بين الانتباه الايجابي الموجه للذات والسلوك العدواني لدى طلبة الجامعة.

*** اهمية البحث**

نبع احساس الباحثة بأهمية البحث عن طريق دراسة الانتباه الايجابي الموجه للذات اذ لم يحظ الانتباه الايجابي الموجه للذات بالاهتمام الكافي على الرغم من اهميته لدى الطلبة الجامعة اذ يركز على المراقبة الذاتية الدائمة التي تسهم في تحسين مستوى الرفاهية، وهو امر في غاية الاهتمام لدى طلبة الجامعة بوصفهم اجيال المستقبل، اذ لم تجد الباحثة سوى دراسة عربية واحدة تتحدث عن الانتباه الايجابي الموجه الذات، ومن الدراسات التي تناولت الانتباه الايجابي الموجه للذات دراسة (مصطفى، 2016).

يسعى الفرد إلى التكيف الايجابي مع المواقف الحياتية مما يساعد على التفكير الايجابي العقلاني الذي يمكن الفرد من ان يكون هادئا وذا تفكير موضوعي ويعود ذلك إلى الانتباه الايجابي الموجه للذات.

ان الافراد الذين لديهم انتباه ايجابي يفضلون عدم الانتباه الانتقائي تجاه الصور السلبية وربما يحافظون على رفاهيتهم والابتعاد عن المحفزات السلبية، يظهر الافراد ذو الانتباه الايجابي طفرة ذاتية لمعالجة المنبهات بطريقة تسهم في تنظيم مشاعرهم (Isaacowitz,2006: 82)

كما وجدت دراسة (Isaacowits,2005) للانتباه الايجابي الموجه للذات ان يحصل الافراد أكثر تفاؤلا للنظر إلى الصور الايجابية والابتعاد عن الصور السلبية. (Isaacowits,2005: p405)

ويوجد مظلتان كبيرتان تفسران الانتباه الموجه للذات أحدهما تنظر له على انه سلبي والاخرى تنظر له على انه ايجابي فان وجهة النظر القديمة تنظر الانتباه الموجه للذات على انه سلبي موجه نحو المعلومات الداخلية على سبيل المثال (الصور الذاتية السلبية، والادراك السلبي للذات). (Spurr & Stopa,2003 :18)

اما وجهة النظر الحديثة فأنها تركز على المراقبة الذاتية في تحسين مستوى الرفاهية. (Brown, Ryan & Creswell,2007: 181)

والانتباه الايجابي الموجه للذات يزيد من الجهد للقيام بأفضل المهام (Gendolla et al., 2008) كما ان المهام المعقولة تصبح أكثر صعوبة.

نجد ان الفرد الذي يمتلك انتباها ايجابيا موجها للذات يركز على الافكار الداخلية وعلى مشاعره وصفاته وكذلك الافكار الخاصة بالذات ككائن اجتماعي، كما انه يركز على مظهره ككائن اجتماعي وسط مجموعة من الافراد، وتؤخذ الاحتياجات والرغبات الذاتية مع ردود فعل الاخرين بعين الاعتبار في التوافق الاجتماعي ورغبة الفرد في تأثير عمله على انطباعات الاخرين عن ذاته (Kiropoulos & Klimidis,2006: 98).

حيث ان الانتباه الايجابي الموجه للذات يحسن الرفاهية على عكس الانتباه السلبي الموجه للذات فانه يزيد من الاضطرابات ومنها الغضب (Brown et al.,2007:76).

ولقد اخذ مفهوم السلوك العدواني من المساحة والاهتمام الشيء الكبير في القرن الحالي، وذلك لانتشاره في جمع مفاصل الحياة، فقد بدأنا نسمع السلوك العدواني في المدرسة والشارع والبيت والعمل والجامعة، على الرغم من التطور التكنولوجي الذي يشهده العالم ألا أن سلوكيات العدوان والدمار لازالت متواجدة (الدريعي ,2014: 1).

ويعتبر العدوان واحد من السلوكيات المكتسبة من خلال تفاعل الفرد مع المجتمع الذي يعيش فيه، ويأخذ أشكال متنوعة حسب طبيعة هذا المجتمع (بروك ,2001: 102). فالعدوان هو ذلك الفايروس الذي يحمل معه كل أشكال الموت والدمار، فالإنسان لا يولد عنيف بل تحوله الظروف الصعبة والقاسية واحباطات الحياة إلى ذلك (حجازي ودويك ,2002: 1).

والعدوان هو ذلك الهاجس الذي يؤرق الإنسانية في كل زمان ومكان، وعلى الرغم من التقدم الحضاري والعلمي الذي وصلت اليه الانسانية في كافة المجالات والتأكيد على القيم الانسانية السمحاء التي تدل على الحب والتسامح والتعاون، ألا أن العدوان في تطور مستمر (وطفه ,2000: 123).

بناء على ما سبق يمكن تلخيص اهمية البحث الحالي في الجوانب التالية:-

١- اهمية متغير الانتباه الايجابي الموجه للذات كمتغير اصيل لم يتلقى الاهتمام الكافي في البيئة المحلية والعربية على حد علم الباحثة

٢- تزايد حالات السلوك العدواني في المجتمع المحلي بشكل عام والبيئة الجامعية بشكل خاص مما يستدعي ضرورة القاء مزيد من الضوء هذا المتغير

٣- اهمية عينة البحث الحالي وهم طلبة الجامعة، حيث انهم في مرحلة سابقة للدخول في بيئة العمل وعليهم ان يتسموا بسمات سلوكية وشخصية تساعدهم على النجاح المهني.

٤- امكانية الخروج بمجموعة من التوصيات الى الجهات المختصة من اجل تطوير الواقع النفسي والشخصي للبيئة الجامعية.

*** اهداف البحث**

يسعى البحث الحالي الى التعرف على:-

١- درجة الانتباه الايجابي الموجه للذات لدى طلبة الجامعة

٢- الفروق ذات الدلالة الاحصائية في الانتباه الايجابي الموجه للذات لدى طلبة الجامعة وفقا لمتغير الجنس(ذكور-اناث)

٣- درجة السلوك العدواني لدى طلبة الجامعة

٤- الفروق ذات الدلالة الاحصائية في السلوك العدواني لدى طلبة الجامعة وفقا لمتغير الجنس(ذكور-اناث)

٥- العلاقة ذات الدلالة الاحصائية بين الانتباه الايجابي الموجه للذات والسلوك العدواني لدى طلبة الجامعة

*** حدود البحث**

اولا: الحد المكاني: جامعة بغداد

ثانيا: الحد لزماني: العام الدراسي 2023-2024

ثالثا: الحد البشري: طلبة جامعة بغداد للدراسة الصباحية لكلا الجنسين الذكور والاناث.

*** تحديد المصطلحات**

اولا: الانتباه الموجه للذات Self –directed attention

عرفه كل من:-

١- (ميرافين,2005): هو توجيه الانتباه او الافكار الداخلية توجيها خارجيا (ظاهريا او داخليا) (Muraven,2005, 11).

٢- (جيولر وميجان,2011): (يعبر عن عملية عقلية على درجة عالية من الوعي توجه انتباه الفرد توجيها ظاهريا نحو الاحاسيس والمشاعر والافكار، حيث يعتبر الانتباه الموجه للذات نوع من التكيف والوعي بالمعلومات المولدة داخليا بما في ذلك الحالات العاطفية، الاحاسيس، والادراك (Guler & Megan,2011,71).

ثانيا: الانتباه الايجابي الموجه للذات Positive Self- attention

يعرفه كارفر (Carver,2012): هو نوع من انواع التنظيم الذاتي ليصبح عمل الفرد أكثر توافقا مع قيم الناس والمواقف والاهداف المنشودة للفرد (Carver,2012: 121).

١- التعريف النظري: اعتمدت الباحثة تعريف كارفر (2012) كتعريف نظري لاعتمادها على نظريته في تفسير المتغير.

٢- التعريف الاجرائي: هو الدرجة التي يحصل عليها المستجيب من خلال الاستجابة على فقرات مقياس الانتباه الايجابي الموجه للذات.

ثالثا: السلوك العدواني

عرفه كل من:-

١- باندورا (1973): هو ذلك السلوك الذي يصبح من نتائجه الحاق الضرر بالنفس او بالأخر او تدمير الممتلكات (Bandora,1973,p-81)

٢- طوالبه (1998): كل سلوك لفظي او فعلي، يستخدم فيه القوة والتهديد من اجل الحاق اذى مادي او معنوي بالأشخاص او بالممتلكات اجل تحقيق غاية معينة (طوالبه ,1998: 11).

٣- الاحمد (2004): هو ذلك السلوك العدواني المبالغ فيه، والذي يسعى الى الحاق الاذى الجسدي الخطير بالطرف الاخر او بكل ما يتعلق به (الاحمد ,2004: 145)

أ- التعريف النظري: تبنى الباحث تعريف باندورا تعريفا نظريا للبحث الحالي نظرا لتبنيه النظرية المعرفية الاجتماعية في تفسير السلوك العدواني

ب- التعريف الاجرائي: الدرجة التي يتحصل عليها المستجيب بناء على اجابته على فقرات مقياس السلوك العدواني المستخدم في الدراسة الحالية.

اولا: إطار نظري

المحور الاول: الانتباه الايجابي الموجه للذات

*** نظرية الوعي الذاتي الموضوعي لكارفر**

The theory of objective self-awareness

اول من صاغ نظرية الوعي الذاتي الموضوعي دوفال وويكلاند (Duval,Wekland,1972)، وهما زوجان من علماء النفس الاجتماعي التجريبي اذ اشاروا ان الانتباه ربما يتذبذب بين الداخل والخارج.

يعد الانتباه الموجه نحو الذات احد المفاهيم الاساسية المستخدمة في الحديث عن الذات احدى انظمة الشخصية في علم النفس الحديث، اذ تشير إلى المعلومات وثيقة الصلة بالذات حتى ان بعض اسس النظرية متكاملة للبحث في هذه العملية وعلاقتها ببعض العمليات الاخرى للشخصية والسلوك، وتفسر نظرية الوعي الذاتي الموضوعي الانتباه الواعي على انه ثنائي التفرع، وله خاصية التوجيه اما نحو الذات او اتجاه البيئة، ويسترشد اتجه الانتباه بالأحداث التي تجبر الانتباه إلى الداخل مثل انعكاسات الذات، والاحداث التي تجذب الانتباه إلى الخارج مثل تشتيت المحفزات خارج الذات في ضل الوعي الذاتي الموضوعي سيختبر الفرد تأثير سلبيا او ايجابيا (القاضي واخرون، 2002: 50)

تنظر وجهة النظر القديمة تنظر للانتباه الموجه للذات على انه سلبي موجه نحو المعلومات الداخلية، مثل الصور الذاتية السلبي للفرد، والاحاسيس الجسدية المرضية العالي والادراك السلبي للذات واعراض القلق الجسدية المستمرة، كما وانه نوع من التفكير المتركز حول الاضطرابات واعرضها واسبابها ونتائجها واثارها (Mansell et al.,2003:43).

تقترح نظرية الوعي الذاتي الموضوعي القديمة المتمثلة بـــ(دوفال ويكلاند) والجديدة المتمثلة بـــ(كارفر وشاير وباس) باختلاف الافراد من حيث تركيز انتباههم على افكارهم ومشاعرهم (العتري، 2006: 170).

تنبثق وجهة النظر الحديثة للانتباه الموجه للذات من علم النفس الايجابي والذي يعتبر ان تفكير الانسان بطريقة صحيحة سوف تجعله قادرا على تحويل حياته كلها، ولابد من تغير ظروفه فانه يتعين عليه ان يغير السبب، والسبب هو الطريقة التي يستخدم بها الانسان عقله وهو الوسيلة التي يفكر بها الانسان ويتصورها في عقله، فانه يركز على المراقبة الذاتية الدائمة للفرد يمكن وصفها بانها شكل من اشكال الانتباه الايجابي الموجه للذات حيث تخفض اعراض الاضطرابات وتحسن الرفاهية (Brown, et al., 2007: 81).

يرى كل من شير وكارفر (Carver &Scheier,1978) ان الانتباه الايجابي الموجه للذات هو

المحفز الذي يشترك في عملية التنظيم الذاتي، وهناك مجموعة عوامل تحفز هذا الانتباه، فيتم التوجه اما إلى داخل (ذات الفرد) او الخارج (العالم الخارجي) ويبدوا ان الانتباه الايجابي الموجه للذات ينجذب بشكل طبيعي إلى اشارات مشاعر اشياء رائعة في البيئة (Ohman, Flykt, &Esteves,2001, 111).

يختلف نمط الانتباه الموجه نحو الذات يختلف باختلاف الحالة لكن ومع ذلك، قد يمثل ايضا بعدا للفروق الفردية بمعنى ان الافراد قد يختلفون بشكل منهجي فيما يتعلق بكيفية تخصيص مواردهم المعرفية، وعلى وجه التحديد، ما اذا كانوا يميلون إلى التركيز بشكل اكبر على جوانب الذات المتماسكة او غير المتماسكة وما اذا كانوا يميلون إلى انتاج سلوكيات مرتبطة بأحد وضعي الانتباه، على سبيل المثال انفتاحهم على التعليقات المتعلقة بالذات، او قيامهم بسلوكيات البحث عن التعليقات، او استراتيجيات معالجة المعلومات ذات الصلة بالذات ان الافراد الذين لديهم انتباه ايجابي يسعون إلى تلبية الرغبة في تكوين رؤية ايجابية عن انفسهم والحفاظ عليها، وبالتالي اختيار الافراد الذين من المرجح ان يقدموا ردود فعل ايجابية عندما يتم تنشيط الدافع للتحقق من الذات، تمتع الافراد ذو الانتباه الايجابي بتركيز انتباههم الواعي إلى جوانب الذات المتماسكة، اذ يتيح لهم تقييما سريعا وفعالا للمثيرات (على سبيل المثال، شركاء التفاعل، او اجزاء من المعلومات) من حيث صلتها الشخصية واهميتها،

اذ يتمثل الانتباه الايجابي بالمعرفة القوية المكتسبة من خلال تعميم الخبرة السابقة، يمكن للأفراد الوصول بسرعة إلى الارشادات التي تؤدي إلى التكيف، خاصة عندما لا يكون هناك وقت للتفكير، يتمثل الافراد الذين لديهم انتباه ايجابي بتعميم الخبرة السابقة، يمكن للأفراد الوصول بسرعة إلى الارشادات التي تؤدي إلى التكيف، خاصة عندما لا يكون هناك وقت للتفكير، وتكون هناك حاجة إلى استجابة فورية (مثل التهديد والتحدي) لذلك يفترض النموذج ان الانتباه الايجابي يركز على المناطق المتماسكة لبنية الذات عند استخدام المعرفة الذاتية كآلية لتنظيم العمليات المعرفية والانفعالية والسلوكية (Strawinska,2010:114).

ينجذب الانتباه الايجابي الموجه للذات نحو الاشارات العاطفية الخارجية، والاشارات العاطفية الداخلية، مثل تلك من الحالة المزاجية والعواطف فقد توجهه انتباهنا ايضا إلى انواع معينة من الاشياء عندما نكون سعداء فنح سريعون في اغتنام المنبهات المجزية والايجابية. (Tamir & Robinson ,2007:32)

قد تؤثر المشاعر على الانتباه الايجابي، اذ ان الاشخاص الذين يتمتعون بمزاج سعيد يكون تركيزهم على نطاق واسع في بيئتهم يقودهم ايضا إلى اظهار مشاعر (Biss & Hasher,2011:18).

قد يسهل الانتباه الايجابي على تحقيق نتائج مرغوبة ويرتبط بالمستويات العالية من حالات المزاج الايجابي بدخل اعلى وتفاعلات اجتماعية أكثر نجاحا وعمرا اطول. (ليوبوميرسكي، كينج، ودينر، 2005)

يمكن ان يكون الانتباه الايجابي الموجه نحو الذات يخلف مشاعر ايجابية اذا كان السلوك يتوافق مع التطلعات يجب ان تكون النتيجة هنا هي (الفخر، الرضا)، يشعر الافراد

الذين لديهم انتباه ايجابي بالرغبة في صورة ذاتية لابئس فيها، ويكرهون عدم اليقين والغموض عند التفكير في انفسهم وبالتالي يجب عليهم تجنب توجيه انتباههم على مناطق الذات الخالية من الترابط، يرى كارفر ان الانتباه الايجابي الموجه للذات يساعد الفرد في تحقيق اهدافه ومعرفة امكاناته وتركيز هذه الامكانات كاملة من اجل تحقيق الهدف من خلال مراقبة الذات، ويختلف عن الانتباه المرضي السلبي الاحترازي الموجه للذات، فعندما يوجه الفرد الانتباه الايجابي إلى ذواته من فانهم في ضوء معايير الموائمة والاهداف يقيمون اعمالهم (Carver ,2012:112).

ويضبط الانتباه الايجابي الموجه للذات انتباه الاشخاص المهوسون والمتفائلون والمرحون يكون تركيزهم بشكل اوسع على عكس الاشخاص القلقين يكون تركيزهم بشكل ضيق.

يركز الافراد في الانتباه الايجابي الموجه للذات على جوانبهم الذاتية بعد الاحداث الايجابية ويتجنبون التركيز على الاحداث السلبية. (Pszczynski,1986:78).

*** تحديد ابعاد الانتباه الايجابي الموجه للذات**

البعد الاول: الوعي الذاتي الخاص: هو إدراك المرء لأفكاره ومشاعره الشخصية على سبيل المثال (احاول دائما اكتشاف نفسي) كما يقصد الانتباه الخاص هو الحالة العابرة من الانتباه إلى الجوانب الداخلية والتي تتكون منها الذات الخاصة وهذا قد يعني ان الفرد يكون مركزا شعوره وانتباه على الجوانب الداخلية وغير المشتركة (Carver & Scheier, 1987,43).

البعد الثاني: الوعي الذاتي العام: يتعلق الانتباه الذاتي العام بجوانب السلوك التي تؤخذ فيها احتياجات او رغبات او ردود افعال الاخرين في الاعتبار وتتأثر بالرغبة في الاجتماع الاجتماعي او الرغبة في النظر في تأثير اجراء ما على انطباعات الاخرين عن الذات.

البعد الثالث: الوعي الذاتي الخاص بصورة الجسم: يتعلق بكفاءة الجسم يتعامل مع تقييم الجسم مثل تقييم قوة وفعالية ورشاقة الجسم.

البعد الرابع: الوعي الذاتي العام بصورة الجسم: على انه ميل معتاد للتركيز على المظهر الخارجي للجسم والاهتمام به (Carver & Scheier, 1987: 106)

*** اسباب تبني نظرية الوعي الذاتي الموضوعي**

١ – تعد هذه النظرية من النظريات التي فسرت وعرضت متغير الانتباه الايجابي الموجة للذات بصورة واسعة ومفهومة

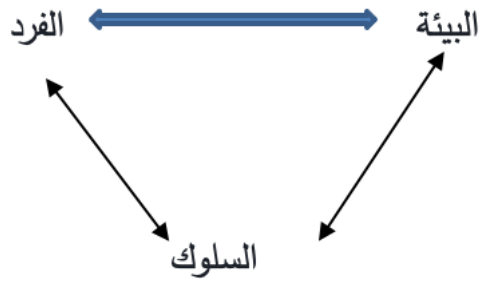
٢ – تعد هذه النظرية شاملة ودقيقة في تناولها لهذا المتغير ويعتبر ملائم لعينة البحث الحالي بصورة واسعة ومفهومة.

المحور الثاني: السلوك العدواني

*** النظرية المعرفية الاجتماعية: social cognitive theory**

صاحب هذه النظرية هو العالم الكندي ألبرت باندورا المولد عام (1925)، حيث يركز باندورا على الدور الاجتماعي للمجتمع في اكتساب الفرد السلوكيات، حيث دحض بهذه الفكرة كل افكار النظرية السلوكية التي تقوم على اكتساب السلوك عن طريق الاشراط، كما طبق افكاره على مجموعة من المهارات الاجتماعية والمعرفية بالإضافة الى العنف (القطامي ,2005: 18).

حيث يرى باندورا أن السلوك متعلم عن طريق الملاحظة ,أي ملاحظة سلوك الآخرين وتقليده ,دون ان يكون هنالك دور للمعززات الداخلية او الخارجية اي دور في ذلك ,فالأنسان يتعلم السلوكيات الجديدة عن طريق ملاحظة نماذج معينة في المجتمع ويقوم الفرد بتقليد سلوكيات هذه النماذج ,فالطفل الصغير يلاحظ سلوك والدة في البيت او معلمة في المدرسة ,ولأنه نموذج بالنسبة له فيقوم بتقليد ما يصدر عنه من سلوك وبهذه الطريقة يكتسب السلوك ,والملفت في هذه النظرية انها لم توضح اثر العمليات المعرفية في اكتساب السلوك ,ولذلك وضح باندورا الطريقة التي يحدث فيها ذلك التفاعل بين السلوك والفرد والبيئة ,فالبيئة تؤثر في سلوك الفرد والسلوك يؤثر في البيئة بمعنى ان هنالك حتمية تبادلية بين الامرين والشكل التالي يوضح ذلك:-



شكل (1) الحتمية التبادلية من اعداد الباحثة

ترى نظرية المعرفية الاجتماعية ان السلوك العدواني هو سلوك متعلم ومكتسب من خلال البيئة، مثله مثل انواع السلوك القابلة للتعلم، ويؤكد في ذلك باندورا ان اكتساب السلوك يتم بطريقتين:-

الطريقة الاولى هي الخبرة المباشرة والثانية هي نواتج العقاب والثواب، ومعنى ذلك ان الفرد حين يقدم على سلوك معين ينتظر نتائج هذا السلوك فان كانت النتائج طيبة وايجابية استمر الفرد في سلوكه (ثواب) وان كانت النتائج سلبية وخطيرة توقف الفرد عن سلوكه، وهذه العميلة اي عملية اكتساب السلوك يحكمها ثلاثة عوامل (الملاحظة، التقليد، التعزيز) حيث يكتسب الافراد السلوك العنيف من خلال ملاحظتهم لهذا السلوك لدى النماذج المتواجدة في البيئة حيث يتم تدعيم هذا السلوك من خلالهم ومن خلال الثواب (الاشول ,1982: 326).

يرى باندورا ان السلوك العدواني هو بمثابة نتيجة مباشر للتعلم عن طريق ملاحظة نماذج عدوانية وتقليدها وهذه النماذج متوفرة في البيئة التي يتواجد فيها الفرد، وان السلوك لا يمكن فهمه بمعزل عن البيئة نظرا لأثر هذه البيئة في الفرد (عبود ,1991: 25).

ويؤكد باندورا ان السلوك العدواني كمظهر سلوكي قابل للنقل والعدوى وان الكثير من الناس يتعلمون السلوك من خلال مراقبتهم للآخرين وهم يقومون بهذا السلوك، كما ان الناس يقومون بالتقليد والمحاكاة نتيجة وجود الثواب والمكافأة التي يحصلون عليها بقيامهم بالسلوك (الشريف ,1990: 16).

يرى اصحاب هذه النظرية ان مفاهيم مثل الغرائز عاجزة عن ان تكون المسبب الحقيقي وراء السلوك العدواني، فالعنف سلوك قصدي متعلم من خلال الملاحظة والتقليد، حيث تلعب التنشئة الاجتماعية دورا بارزا وحيويا في اكتساب مثل هذه السلوكيات حيث يسلك الفرد هذه السلوكيات من اجل الوصول الى اهدافه (المطراودي ,1997: 50).

كما ان باندورا يرى ان الانسان يتعلم عن طريق الملاحظة أكثر من تعلمه من الاسلوب القديم، فالإنسان لا يولد وهو يعرف السلوك المرغوب، او السلوك المرفوض، فهو بحاجة الى نصائح الكبار وملاحظاتهم، فإذا تعرض الإنسان العدواني في طفولته فأنه من المنطقي ان يوجه هذا العدوان الى الاخرين في الشباب (شومان ,2013: 10).

وهنالك ثلاثة مصادر للتعلم يتعلم من خلالها الفرد السلوك العدواني وهي الأسرة والأقران والنماذج الرمزية كالتلفزيون، وان الافراد يكتسبون السلوك العنيف من خلال المشاهدة المستمرة لهذه النماذج وتقليدها، فضلا عن تأثير جماعة الاقران في اكتساب الفرد لهكذا سلوك، كما ترى هذه النظرية ان تعلم السلوك لا يكفي ان يتم بمجرد الملاحظة والتقليد بل يجب ان يخضع للتعزيز حتى يستمر ويثبت في الشخصية (عوض ,2003: 53).

وحسب منظور النظرية فهنالك عدة مصادر يتعلم من خلالها الفرد السلوك العدواني:-

١- التأثير الاسري، الاقران، النماذج الرمزية كالتلفاز

٢- الخبرات السابقة

٣- التعلم المباشر للمسالك العنيفة من خلال الاثارة المباشرة للعدوان

٤- اثارة الفرد اما بالهجوم الجسمي او التهديدات او الاهانات

٥- العقاب الشديد المستمر قد يؤدي الى العدوان (الشريف,1991: 43)

كما ان باندورا أعطى للعوامل المعرفية (معتقدات الناس وافكارهم) دورا مهما في تنظيم السلوك العدواني، ويقصد بالجانب المعرفي هنا ان بعض الافراد يقدمون على تقديم مبررات منطقية من وجهة نظر لكونهم أقدموا على فعل العدوان باتجاه الضحية من مثل: ان الضحية ظالمة في الاساس او ان الضحية هي من اجبرته على فعل العدوان وبالتالي لا يتولد لدى المذنب اي مشاعر بتأنيب الضمير او حتى الخوف كما ان هذا السلوك لا يجعل يقلل من عنفه (عبد المعطي ,2003: 456)

*** اسباب اختيار نظرية (النظرية المعرفية الاجتماعية) في تفسير السلوك العدواني**

١- تعد نظرية باندورا من النظريات التي تميزت في تفسير السلوك العدواني وفقا للجانبين المعرفي والاجتماعي وهي من النظريات النادرة التي جمعت الجانب المعرفي بالسلوك الاجتماعي

٢- تبني العديد من الدراسات السابقة المحلية والعربية والعالمية لهذه النظرية في تفسير الظواهر الاجتماعية والسلوكية بشكل عام والسلوك العدواني بشكل خاص

*** الدراسات السابقة**

المحور الاول: الدراسات السابقة المتعلقة بالانتباه الايجابي الموجه للذات

اولا: الدراسات العربية

دراسة (مصطفى,2016): الإسهام النسبي لكل من الميتا مزاج والانتباه الإيجابي الموجه للذات في التنبؤ بمهارة إدارة الغضب لدى طلبة الدبلوم العام بكلية الدراسات العليا للتربية – جامعة القاهرة

"هدفت الدراسة إلى تحديد العلاقة بين مهارة إدارة الغضب وكلٍّ من الميتا مزاج والانتباه الإيجابي الموجه للذات لدى عينة من طلبة الدبلوم العام في التربية كلية الدراسات

العليا للتربية بجامعة القاهرة، كما هدفت لتحديد إسهام كل من الميتا مزاج والانتباه الإيجابي الموجه للذات في التنبؤ بمهارة إدارة الغضب لدى عينة الدراسة، ومعرفة أي من هذين المتغيرين يتنبأ بدرجة أكبر بمهارة إدارة الغضب لدى عينة الدراسة. وقد استخدام الأسلوب الارتباطي التنبؤي للتعرف على نمط العلاقة بين متغيرات الدراسة، والتنبؤ بينها. وتكونت عينة الدراسة من (203) من طلبة الدبلوم العام في التربية، وهم الطلبة المقيدون للعام الدراسي 2015/ 2016 الفصل الدراسي الأول، وتم انتقاؤهم بالمعاينة العشوائية البسيطة. وبلغ المتوسط والانحراف المعياري لعمر أفراد العينة (27.95 ± 5.270) عاماً. وأعدت الباحثة كلاً من مقياس مهارة إدارة الغضب من خلال المواقف الحياتية لطلبة الدبلوم العام في التربية في التربية العملية، ومقياس الانتباه الإيجابي الموجة للذات، ومقياس الميتا مزاج من خلال المواقف الحياتية لطلبة الدبلوم العام في التربية العملية. وتوصلت الدراسة إلى أن جميع معاملات ارتباط بيرسون بين متغير مهارة إدارة الغضب وكل من الانتباه الإيجابي الموجة للذات وأبعاده: الوعي الذاتي الخاص، والوعي الذاتي العام، والوعي الخاص بصورة الجسم، والوعي العام بصورة الجسم؛ والميتا مزاج وأبعادها: الانتباه إلى المزاج، وضوح المزاج، وإصلاح المزاج اتسمت بكونها معاملات ارتباط موجبة، كما تنبأ كل من بعد الانتباه إلى المزاج، وبعد وضوح المزاج، وبعد الوعي الذاتي العام، وبعد الوعي العام بصورة الجسم بمهارة إدارة الغضب، وكان بعد الوعي العام بصورة الجسم أقوى منبئ بمهارة إدارة الغضب، يليه بعد الوعي الذاتي العام، ثم بعد الانتباه إلى المزاج، وبعد وضوح المزاج".

ثانيا: الدراسات الاجنبية

١- دراسة (أبيل وزولر، 2005): التأثيرات المرنة للمزاج الإيجابي على الانتباه الذي يركز على الذات (Abele&Zoller ,2005): Flexible effects of positive mood on self-focused attention

إن كيفية تأثير الحالة المزاجية على الانتباه الذي يركز على الذات هو أمر مثير للجدل. يتنبأ أحد النماذج (Sedikides & Green, 2000) بأن الحالات المزاجية المختلفة لها تأثيرات مختلفة على التركيز الذاتي؛ ويتنبأ نموذج آخر (سالوفي، 1992) بأن جميع الحالات المزاجية تزيد من التركيز على الذات. ومع ذلك، يشير كلا النموذجين إلى أن الحالة المزاجية لها تأثيرات ثابتة على الاهتمام الذي يركز على الذات. نقترح أن المزاج له تأثيرات مرنة على التركيز الذاتي اعتمادا على المتغيرات السياقية. قامت إحدى التجارب بالتلاعب بالمزاج (إيجابي مقابل محايد) والطلب الظرفي (منخفض مقابل مرتفع) ومن ثم قياس التركيز الذاتي للمزاج الإيجابي يقلل من التركيز على الذات عندما يتوقع الناس العمل في مهمة لاحقة ذات صلة بذاتهم؛ أدى المزاج الإيجابي إلى زيادة التركيز على الذات عندما لم يتم إبلاغ الأشخاص بالمهمة. توضح النتائج كيف يتفاعل المزاج مع العوامل الظرفية للتأثير على الاهتمام الذي يركز على الذات. تتناول المناقشة الآثار المترتبة على نظريات كيفية تأثير العواطف على الوعي الذاتي.

٢- دراسة (جونسون، ميشيل، إي,2015): مساهمات الإثارة والتركيز على الذات في تجنب القلق الاجتماعي

Johnson, Michele ,E.(2015): An Analysis of Proactive Personality in U. S. Air Force Academy Cadets

"يتم تنظير الأفراد القلقين اجتماعيًا لتجنب الإشارات الاجتماعية والانخراط في سلوكيات السلامة لمنع التقييم السلبي، مما يمنع عدم تأكيد المخاوف الاجتماعية. تقترح النماذج المعرفية أن هذا التجنب يكون مدفوعًا بـــ (1) الاهتمام بالتركيز على الذات (SFA) و(2) الإثارة الفسيولوجية. لدراسة هذه الآليات المقترحة، قمنا بمقارنة المشاركين ذوي القلق الاجتماعي المرتفع (HSA؛ ن = 29) والمشاركين ذوي القلق الاجتماعي المنخفض (LSA؛ ن = 28) في مهمة وقت العرض التي تتضمن الوجوه. انخرط المشاركون في مهمة نظروا فيها إلى الوجوه المهددة اجتماعيًا (أي الاشمئزاز والغضب) والوجوه غير المهددة (أي السعيدة والمحايدة). كشفت النتائج أن المشاركين في HSA أيدوا قدرًا أكبر من SFA أثناء مهمة وقت العرض وأمضوا وقتًا أقل في مشاهدة تعبيرات الوجه الغاضبة والمشمئزة والمحايدة مقارنة بالمشاركين في LSA. كشفت تحليلات الانحدار أن الإثارة، كما تم فهرستها بواسطة الأميليز ألفا اللعابية، كانت مؤشرا فريدا لزيادة وقت مشاهدة الوجه بين المشاركين في HSA. في المقابل، تنبأت الإثارة بانخفاض وقت مشاهدة الوجه بين المشاركين في LSA".

المحور الثاني: الدراسات السابقة المتعلقة بالسلوك العدواني

اولا: الدراسات العربية

١- دراسة (العبيدي، الكعبي,2016): إدراك التزاحم وعلاقته بالسلوك العدواني لدى طلبة الأقسام الداخلية في الجامعة المستنصرية

"تعد ظاهرة التزاحم من المشكلات النفسية الاجتماعية التي يواجهها الإنسان اليوم في جميع مرافق حياته والتي من المؤكد انعكاسها سلبياً على العديد من سلوكياته ومنها السلوك العدواني إذ أنه يعد في من الضغوط النفسية التي تؤثر عل حيزه النفسي لذا استهدف البحث الحالي التعرف عل وجود هذه الظاهرة في الأقسام الداخلية لطلبة الجامعة والمكتظة بالطلبة مما تطلب بناء أداة لقياس ادراك التزاحم فضلاً عن التعرف على طبيعة السلوك العدواني لدى هذه العينة من الطلبة مما تطلب بناء أداة لقياس السلوك العدواني أيضاً ومن ثم التعرف على طبيعة العلاقة بين المتغيرين، وبعد تحليل نتائج البحث اتضح وجود علاقة طردية موجبة دالة ما بين ادراك الطالب للتزاحم وسلوكه العدواني في الأقسام الداخلية ومن ثم التوصل إلى تقديم عدد من التوصيات والمقترحات التي تخفف من حدة هذه الظاهرة".

٢- دراسة (هارون,2016): السلوك العدواني وعلاقته بمصدر التحكم لدى طلاب الجامعة

"تهدف هذه الدراسة التوصل للعلاقة الارتباطية بين السلوك العدواني ومصدر التحكم لدى طلاب الجامعة وقد تم اختيار عينة الدراسة من كليات التربية والآداب بجامعتي بورسعيد والمنصورة وقد بلغت عينة الدراسة (١٠٠) طالب، (٥٠) ذكر، (٥٠) أنثى وتم تطبيق مقياس السلوك العدوان

لأمال باظة ومقياس وجهة الضبط لعلاء الدين كفافي وقد توصلت الدراسة للنتائج التالية: - 1-توجد علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0,01 حيث بلغ معامل الارتباط (٠,٨١٣) بين العدوان بأبعاده الأربعة عند الذكور والإناث ومصدر التحكم الداخلي بينما توجد علاقة ارتباطية سالبة في مصدر التحكم الخارجي حيث بلغ معامل الارتباط (-٠,٧٢٦) 2-توجد علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائيًا عند مستوى 0,05 بين السلوك العدواني ومصدر التحكم الداخلي لدى عينة الذكور وقد بلغ معامل الارتباط (٧٧١) بينما كانت العلاقة الارتباطية سالبة بينهما في التحكم الخارجي حيث بلغ معامل الارتباط (-0,685) 3-توجد علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائيًا عند مستوى 0,05 بين السلوك العدواني ومصدر التحكم الداخلي لدى عينة الإناث وقد بلغ معامل الارتباط (٠,٦٨٩) بينما كانت العلاقة الارتباطية سالبة بينهما في التحكم الخارجي حيث بلغ معامل الارتباط (-٠.٦٩١) 4-توجد فروق بين الذكور والإناث في مصدر التحكم الخارجي لصالح الذكور وهي دالة إحصائياً عند مستوى 0,05 حيث بلغت قيمة ت (٤,٢) وأن قيمة "ت" قد بلغت (٨,٩) وهي دالة إحصائياً عند مستوى 0,01 مما يشير إلى وجود فرق بين متوسطي درجات الذكور والإناث في مصدر التحكم الداخلي لصالح الإناث. 5-توجد فروق بين متوسطي درجات الذكور والإناث في العدوان المادي لصالح الذكور حيث بلغت قيمة "ت" (٣,٧) وهي دالة إحصائياً عند مستوى 0,01 6-لا يوجد فرق بين متوسطي درجات الذكور والإناث في العدوان اللفظي حيث بلغت قيمة "ت" (٠,٧٣) وهي غير دالة إحصائياً 7-توجد فروق بين متوسطي درجات الذكور والإناث في العدائية لصالح الذكور حيث بلغت قيمة "ت" بلغت (١,٩) دالة إحصائياً عند مستوى 0,05 8-لا يوجد فرق بين متوسطي درجات الذكور والإناث في الغضب حيث بلغت قيمة "ت" (٠,٣٤) وهي غير دالة إحصائياً 9-وجود فرق بين متوسطي درجات الذكور والإناث لصالح الذكور في الدرجة الكلية للسلوك العدواني حيث بلغت قيمة "ت" قد بلغت (٢,١) وهي دالة إحصائياً عند مستوى 0,05".

ثانيا: الدراسات الاجنبية

١- دراسة (سينغ,2022) السلوك العدواني لدى طلاب الجامعة وعلاقته بالعوامل النفسية والاجتماعية

(Singh 2022)Aggressive Behaviour among College Students as Related to Psycho-Social Factors

"تم دراسة السلوك العدواني بشكل كبير في الأدبيات النفسية والاجتماعية، وخاصة المراهقين والبالغين الناشئين عبر مختلف الأوساط الاجتماعية والثقافية. مع الأخذ في الاعتبار أهمية البيئة الاجتماعية والثقافية لدينا، تم إجراء التحقيق البحثي الحالي. تهدف هذه الورقة إلى تقديم المراجعة الأساسية للسلوك العدواني وإظهاره والوقاية منه وعلاجه. كان الغرض الرئيسي من البحث الحالي هو دراسة السلوك العدواني لدى طلاب الجامعات للتعرف على بعض العوامل النفسية والاجتماعية المسؤولة عن السلوك العدواني لدى الطلاب. ولهذا الغرض تمت صياغة هدفين: الأول هو معرفة سلوكيات العدوان بين طلاب الجامعات، والثاني هو التحقق

من أن أساليب التربية لها تأثير مقصود على السلوك العدواني للطلاب".

٢- دراسة (أوريووم,2022): السلوك العدواني: دراسة العوامل النفسية والديموغرافية لدى طلاب الجامعة في نيجيريا

(Aroyewum, 2022): Aggressive behavior: examining the psychological and demographic factors among university students in Nigeria

"السلوك العدواني أمر شائع بين المراهقين. ومع ذلك، كان هناك قدر أقل من العمل المنجز بين الشباب في الجامعات النيجيرية فيما يتعلق بهذه الظاهرة. ولذلك، هدفنا إلى دراسة العوامل النفسية والديموغرافية للسلوك العدواني لدى طلاب المرحلة الجامعية. شارك في الدراسة ما مجموعه 350 طالبًا جامعيًا {ذكور = 110 (31.4%): إناث = 240 (68.6%)} تم أخذ عينات منهم من أقسام مختلفة في جامعة لاغوس. تم اعتماد تصميم البحث الارتباطي للدراسة. تم استخدام استبيان أسلوب الأبوة والأمومة (PSQ)، والاستبيان الدولي لتجارب الطفولة الضارة (ACE-IQ)، واستبيان عدوان بوس بيري (BPAQ) لجمع البيانات للدراسة. حدد تحليل الارتباط المتعدد أسلوب الأبوة والأمومة الاستبدادي (r (350) = .258؛ p <.01) وتجربة الطفولة السلبية (r (350) = .285؛ p <.01) يرتبط بشكل إيجابي بالسلوك العدواني. بالإضافة إلى ذلك، كشف تحليل الانحدار المتعدد أن تجربة الطفولة السلبية (B = .344، β = .233، p <.05) وأسلوب الأبوة والأمومة الاستبدادي (B = .803، β = .173، p <.05) هي تنبؤات مستقلة من السلوك العدواني. لقد خلصنا إلى أنه في حين أن المتغيرات الديموغرافية، فإن الأبوة والأمومة المتسلطة والمتساهلة لم تتنبأ بشكل جماعي بالسلوك العدواني بين طلاب الجامعة، إلا أن تجارب الطفولة السلبية وأسلوب الأبوة والأمومة الاستبدادي تنبأت بشكل مستقل بالسلوك العدواني بين طلاب الجامعة".

اولا: منهج البحث

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي منهجا للدراسة الحالية نظرا لتوافق هذا المنهج مع اجراءات اعداد اداتا البحث الحالي والتحقق من الاهداف التي نسعى الى الوصول اليها، كما ان هذا المنهج هو من اهم وأشهر مناهج البحث في العلوم التربوية والنفسية.

ثانيا: مجتمع البحث

يتكون مجتمع البحث من طلبة المراحل الاربعة الاولى من طلبة جامعة بغداد للدراسة الصباحية في التخصصات العلمية والانسانية لكلا النوعين وللسنة الدراسية 2023-2024.

وقد بلغ اجمالي مجتمع البحث الكلي (45794)، موزعة بحسب النوع الى (17751) ذكور ويشكلون نسبة (39%)، (28043) أناث ويشكلون نسبة (61%)، وموزعة بحسب التخصص الى (25190) علمي ويشكلون نسبة (55%)، (20604) أنساني ويشكلون نسبة

(45%)، وموزعة بحسب الصف الى (15553) اول بنسبة (34%)، (9382) ثاني بنسبة (20%)، (9438) ثالث بنسبة (21%)، (11421) رابع بنسبة (25%)، والجدول (2) يوضح أكثر

جدول (1) مجتمع البحث موزعا بحسب التخصص، الصف، الجنس

التخصص	الصفوف الدراسية								مج
	الاول		الثاني		الثالث		الرابع		
	ذ	أ	ذ	أ	ذ	أ	ذ	أ	مج
علمي	3458	4692	2215	3367	2273	3505	2364	3316	25190
انساني	2860	4543	1212	2588	1266	2394	2103	3638	20604
مج	6318	9235	3427	5955	3539	5899	4467	6954	45794

ثالثاً: عينة البحث

اختارت الباحثة عينة من (500) طالب وطالبة من جامعة بغداد، وفقًا للطريقة الطبقية العشوائية، حيث:-

١- اختارت الباحثة أربع كليات من جامعة بغداد، نصفها علمي، والنصف الآخر إنساني

٢- من كل كلية، تم اختيار قسم لتمثيل هذه الكلية، وبالتالي هناك أربعة أقسام، نصفها علمي والنصف الآخر لها الإنسانية.

٣- ومن كل قسم تم اختيار عدد معين من الذكور والاناث في الصفوف الاربعة والجدول (2) يوضح ذلك [1]

جدول (2) عينة التحليل الاحصائي للفقرات من طلبة جامعة بغداد بحسب التخصص الصف الجنس

التخصص	الصفوف الدراسية								المجموع
	الاول		الثاني		الثالث		الرابع		
	ذ	أ	ذ	أ	ذ	أ	ذ	أ	مج
علمي	34	444	230	33	28	35	31	35	270
انساني	30	41	22	25	28	23	25	36	230
المجموع	64	85	52	58	56	58	56	71	500

رابعا: اداتا البحث

اولا: مقياس الانتباه الايجابي الموجه للذات

اولا: وصف المقياس

تبنت الباحثة مقياس (عبد المحسن,2021) لقياس متغير الانتباه الايجابي الموجه للذات، ويتكون المقياس من (40) فقرة موزعة على المجالات التالية بشكل متساوي:-

البعد الاول: الوعي الذاتي الخاص

البعد الثاني: الوعي الذاتي العام

البعد الثالث: الوعي الذاتي الخاص بصورة الجسم

البعد الرابع: الوعي الذاتي العام بصورة الجسم

حيث تم اعتماد اسلوب ليكرت الخماسي اللفظي في تدريج فقرات المقياس باستخدام التدريج (موافق بشدة، موافق،

[1] الكليات التي طبق بها الاختبار:
كلية اللغات
كلية الاداب
كلية الهندسة
كلية العلوم

متردد، غير موافق، غير موافق بشدة) وتعطى لها عند التصحيح الدرجات (5, 4, 3, 2, 1).

ثانيا: الخصائص السيكومترية

اولا: الصدق

١- الصدق الظاهري

عرضت الباحثة فقرات مقياس الانتباه الايجابي الموجه للذات على عينة من الخبراء في تخصص (القياس والتقويم، علم النفس التربوي، علم نفس الشخصية) بلغت (10) من اجل فحص الفقرات بشكلها الظاهري لبيان مدى صلاحيتها من الناحية المنطقية ودقتها اللغوية، وقد اعتمدت الدراسة على معيار الحد الادنى لنسبة القبول البالغة (0.83)

٢- صدق التمييز

تحققت الباحثة من القوة التمييزية للفقرات من خلال سحب عينتين متطرفتين من الافراد ممن حصلوا على اقل واعلى الدرجات بنسبة (27%) وقد استعملت الباحثة الاختبار التائي لعينتين مستقلتين نظرا لكونها تقابل القوة التمييزية للفقرة والجدول (3) يوضح ذلك:-

٣- صدق الاتساق الداخلي

تحققت الباحثة من صدق الاتساق الداخلي لفقرات مقياس الانتباه الايجاب بالموجه للذات من خلال حساب معامل الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمجال باستعمال معامل ارتباط بيرسون وكما موضح في الجدول (3):-

جدول (3) القوة التمييزية لفقرات المقياس ومعاملات صدقها

رقم الفقرة في المقياس	القوة التمييزية* للفقرة	معامل صدق** الفقرة	رقم الفقرة في المقياس	القوة التمييزية للفقرة	معامل صدق الفقرة
1	4.434	0.232	21	5.434	0.654
2	5.563	0.343	22	6.655	0.435
3	6.432	0.435	23	4.553	0.457
4	9.764	0.544	24	8.453	0.544
5	7.652	0.432	25	7.773	0.343
6	8.734	0.347	26	7.397	0.563
7	11.422	0.225	27	6.283	0.325
8	5.168	0.326	28	5.638	0.534
9	5.568	0.432	29	6.657	0.365
10	6.533	0.432	30	6.547	0.445
11	5.553	0.435	31	5.367	0.356
12	4.892	0.254	32	6.578	0.454
13	6.678	0.347	33	4.563	0.564
14	3.987	0.554	34	7.881	0.447
15	4.567	0.435	35	6.673	0.532
16	7.833	0.347	36	7.653	0.538
17	9.653	0.535	37	6.564	0.524
18	7.654	0.347	38	7.657	0.433
19	8.762	0.436	39	7.668	0.354
20	4.324	0.233	40	8.433	0.433

* **القيمة التائية الجدولية بدرجة حرية (268) عند مستوى (0.05) = (1.96)، (0.01) = (2,576)، (0.001) = (3.291)**

** **القيمة الحرجة لمعامل الارتباط بدرجة حرية (498) (0.05) = (0.088)، (0.01) = (0.115)، (0.001) = (0.147)**

من خلال الجدول السابق يتضح للباحثة ان معاملات صدق الفقرات وقوتها التمييزية جيدة ويمكن اعتمادها في قياس متغير الدراسة الحالية:-

ثانيا: الثبات

تم التحقق من ثبات المقياس من خلال الاتي:-

١- طريقة التطبيق واعادة التطبيق: تم تطبيق مقياس الانتباه الموجه للذات على عينة من طلبة الجامعة بلغت (80) طالب وطالبة وبعد مرور ثلاث اسابيع على التطبيق الاول اعيد

التطبيق مرة اخرى على نفس العينة وتحت نفس الظروف وقد استعملت الباحثة معامل ارتباط بيرسون لحساب العلاقة بين التطبيقين ليمثل الثبات عبر الزمن وقد بلغت قيمة الثبات (0.84).

٢- طريقة الفا كرونباخ: تم تطبيق معادلة الفا كرونباخ على جميع الفقرات ولعينة الثبات البالغة (80) فرد وقد بلغت قيمة الثبات (0.81).

ثانيا: السلوك العدواني

اولا: وصف المقياس

تبنت الباحثة مقياس (حميد, 2018) لقياس متغير السلوك العدواني، ويتكون المقياس من (30) فقرة موزعة على المجالات التالية بشكل متساوي:-

١- العدوان نحو الذات

٢- العدوان نحو الاخرين

٣- العدوان نحو الممتلكات

حيث تم اعتماد اسلوب ليكرت الخماسي اللفظي في تدريج فقرات المقياس باستخدام التدريج (موافق بشدة، موافق، متردد، غير موافق، غير موافق بشدة) وتعطى لها عند التصحيح الدرجات (5, 4, 3, 2, 1).

ثانيا: الخصائص السيكومترية

اولا: الصدق

١- الصدق الظاهري

عرضت الباحثة فقرات مقياس السلوك العدواني على عينة من الخبراء في تخصص (القياس والتقويم، علم النفس التربوي، علم نفس الشخصية) بلغت (10) من اجل فحص الفقرات بشكلها الظاهري لبيان مدى صلاحيتها من الناحية المنطقية ودقتها اللغوية، وقد اعتمدت الدراسة على معيار الحد الادنى لنسبة القبول البالغة (0.83)

٢- صدق التمييز

تحققت الباحثة من القوة التمييزية للفقرات من خلال سحب عينتين متطرفتين من الافراد ممن حصلوا على اقل واعلى الدرجات بنسبة (27%) وقد استعملت الباحثة الاختبار التائي لعينتين مستقلتين نظرا لكونها تقابل القوة التمييزية للفقرة والجدول (4) يوضح ذلك:-

٣- صدق الاتساق الداخلي

تحققت الباحثة من صدق الاتساق الداخلي لفقرات مقياس الانتباه الايجاب بالموجه للذات من خلال حساب معامل الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمجال باستعمال معامل ارتباط بيرسون وكما موضح في الجدول (4):-

جدول (4) القوة التمييزية لفقرات المقياس ومعاملات صدقها

رقم الفقرة في المقياس	القوة التمييزية* للفقرة	معامل صدق** الفقرة	رقم الفقرة في المقياس	القوة التمييزية للفقرة	معامل صدق الفقرة
1	4.434	0.232	16	4.354	0.654
2	5.563	0.343	17	4.154	0.435
3	6.432	0.435	18	5.448	0.457
4	9.764	0.544	19	5.468	0.545
5	7.652	0.432	20	6.357	0.323
6	8.734	0.347	21	5.158	0.522
7	11.422	0.225	22	5.238	0.346
8	5.168	0.326	23	5.359	0.543
9	5.568	0.432	24	8.247	0.343
10	6.533	0.432	25	5.427	0.423
11	5.553	0.435	26	4.833	0.344
12	4.892	0.254	27	4.245	0.434
13	6.678	0.347	28	5.214	0.322
14	3.987	0.554	29	7.433	0.424
15	4.567	0.435	30	6.234	0.422

* **القيمة التائية الجدولية بدرجة حرية (268) عند مستوى (0.05) = (1.96)، (0.01) = (2,576)، (0.001) = (3.291)**

** **القيمة الحرجة لمعامل الارتباط بدرجة حرية (498) (0.05) = (0.088)، (0.01) = (0.115)، (0.001) = (0.147)**

من خلال الجدول السابق يتضح للباحثة ان معاملات صدق الفقرات وقوتها التمييزية جيدة ويمكن اعتمادها في قياس متغير الدراسة الحالية:-

ثانيا: الثبات

تم التحقق من ثبات المقياس من خلال الاتي:-

١- طريقة التطبيق واعادة التطبيق: تم تطبيق مقياس الانتباه الموجه للذات على عينة من طلبة الجامعة بلغت (80) طالب وطالبة وبعد مرور ثلاث اسابيع على التطبيق الاول اعيد التطبيق مرة اخرى على نفس العينة وتحت نفس الظروف وقد استعملت الباحثة معامل ارتباط بيرسون لحساب العلاقة بين التطبيقين ليمثل الثبات عبر الزمن وقد بلغت قيمة الثبات (0.83).

٢- طريقة الفا كرونباخ: تم تطبيق معادلة الفا كرونباخ على جميع الفقرات ولعينة الثبات البالغة (80) فرد وقد بلغت قيمة الثبات (0.82).

*** الوسائل الاحصائية**

استعملت الباحثة الوسائل الاحصائية التالية:-

١- الاختبار التائي لعينة واحدة

٢- الاختبار التائي لعينتين مستقلتين

٣- معامل ارتباط بيرسون

٤- معادلة الفا كرونباخ

اولا: نتائج البحث

الهدف الاول: التعرف على درجة الانتباه الايجابي الموجه للذات لدى طلبة الجامعة

لقد بينت النتائج ان المتوسط الحسابي لعينة البحث هي (146.34) بانحراف معياري قدرة (13.34) وعند مقارنة هذا الوسط بالوسط الفرضي للبحث (120) وباستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة، وجد ان القيمة التائية المحسوبة قد بلغت (12.44) وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1,96) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (499) مما يؤشر على ان طلبة الجامعة يتمتعون بمستوى جيد من الانتباه الايجابي الموجه للذات، والجدول (5) يوضح ذلك:

الجدول (5) الاختبار التائي لعينة واحدة للتعرف على الفرق بين متوسط العينة والمجتمع لمقياس الانتباه الايجابي الموجه للذات

عدد افراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة الجدولية	مستوى الدلالة (0,05)
500	146.34	13.34	120	12.44	1.96	دالة

يرى كل من شير وكارفر (Carver &Scheier,1978) ان الانتباه الايجابي الموجه للذات هو المحفز الذي يشترك في عملية التنظيم الذاتي، وهناك مجموعة عوامل تحفز هذا الانتباه، فيتم التوجه اما إلى داخل (ذات الفرد) او الخارج (العالم الخارجي) ويبدوا ان الانتباه الايجابي الموجه للذات ينجذب بشكل طبيعي إلى اشارات مشاعر لأشياء رائعة في البيئة (Ohman, Flykt &Esteves,2001, 111).

يتمثل الانتباه الايجابي بالمعرفة القوية المكتسبة من خلال تعميم الخبرة السابقة، يمكن للإفراد الوصول بسرعة إلى الارشادات التي تؤدي إلى التكيف، خاصة عندما لا يكون هناك وقت للتفكير، يتمثل الافراد الذين لديهم انتباه ايجابي بتعميم الخبرة السابقة، يمكن للإفراد الوصول بسرعة إلى الارشادات التي تؤدي إلى التكيف، خاصة عندما لا يكون هناك وقت للتفكير، وتكون هناك حاجة إلى استجابة فورية (مثل التهديد والتحدي) لذلك يفترض النموذج ان الانتباه الايجابي يركز على المناطق المتماسكة لبنية الذات عند استخدام المعرفة الذاتية كآلية لتنظيم العمليات المعرفية والانفعالية والسلوكية (Strawinska,2010:114).

ترى الباحثة ان امتلاك طلبة الجامعة لمستوى مرتفع وجيد من الانتباه الايجابي الموجه للذات امر يتوافق مع طبيعة المرحلة الدراسية والعمرية التي يمر بها طلبة الجامعة فضلا عن كون الجامعة مؤسسة تعليمية وتثقيفية تسعى الى تطوير المهارات الشخصية للمتعلمين. وقد اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة (مصطفى,2016) التي اشارت الى امتلاك طلبة الجامعة لمستوى جيد من الانتباه الايجابي الموجه للذات.

الهدف الثاني: التعرف على الفروق ذات الدلالة الاحصائية في الانتباه الايجابي الموجه للذات على وفق الجنس

فقد كان المتوسط الحسابي للذكور البالغ عددهم (224) على مقياس الانتباه الايجابي الموجه للذات (145.54) بانحراف معياري قدرة (11.26)، بينما كان متوسط الاناث البالغ عددهن (276) على الانتباه الايجابي الموجه للذات (147.24) بانحراف معياري قدرة (13.65)، وباستعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، تبين ان القيمة التائية المحسوبة قد بلغت (0.765)، وهي غير ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0,05) وهذا يعني عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متغيري البحث الحالي، كما في الجدول التالي:-

جدول (6) الفروق بين الطلاب والطالبات في الانتباه الايجابي الموجه للذات

الجنس	عدد افراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة الجدولية	مستوى الدلالة (0.05)
ذكر	224	145.54	11.26	0.765	1,96	غير ذات دلالة احصائية
انثى	276	147.24	13.65			

ترى الباحثة ان طلبة الجامعة يعيشون في مستوى تعليمي وتثقيفي متقارب الى حد بعيد لذلك من المتوقع ان

يمتلك الافراد مستويات متقاربة شخصية او معرفية لذلك جاءت نتيجة الجدول السابق بتقارب مستوى الانتباه الايجابي الموجه للذات.

الهدف الثالث: التعرف على درجة السلوك العدواني لدى طلبة الجامعة

لقد بينت النتائج ان المتوسط الحسابي لعينة البحث هي (83.32) بانحراف معياري قدرة (7.666) وعند مقارنة هذا الوسط بالوسط الفرضي (90) وباستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة، وجد ان القيمة التائية المحسوبة قد بلغت (12.223) وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1,96) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (499) وبما ان الوسط الفرضي أكبر من الوسط الحسابي فهو مؤشر على عدم تمتع طلبة الجامعة بمستوى مرتفع من السلوك العدواني، والجدول (7) يوضح ذلك:-

جدول (7) الاختبار التائي لعينة واحدة للتعرف على الفرق بين متوسط العينة والمجتمع السلوك العدواني

عدد افراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة الجدولية	مستوى الدلالة (0,05)
500	83.32	7.666	90	12.223	1.96	دالة

يرى باندورا أن السلوك العدواني متعلم عن طريق الملاحظة، أي ملاحظة سلوك الآخرين وتقليده، دون ان يكون هنالك دور للمعززات الداخلية او الخارجية اي دور في ذلك، فالأنسان يتعلم السلوكيات الجديدة عن طريق ملاحظة نماذج معينة في المجتمع ويقوم الفرد بتقليد سلوكيات هذه النماذج، فالطفل الصغير يلاحظ سلوك والدة في البيت او معلمة في المدرسة، ولأنه نموذج بالنسبة له فيقوم بتقليد ما يصدر عنه من سلوك وبهذه الطريقة يكتسب السلوك.

وبما ان البيئة الجامعية هي بيئة اكاديمية معرفية تثقيفية فمن المتوقع ان تخلوا مثل هكذا مؤسسات من مظاهر العنف والعدوان لذلك وجد ان مستوى السلوك العدواني منخفض لدى طلبة الجامعة (قطامي,2005: 18). وقد اختلفت نتيجة الهدف السابق مع نتائج كل من (دراسة العبيدي والكعبي,2016) ودراسة (هارون,2016).

الهدف الرابع: التعرف على الفروق ذات الدلالة الاحصائية في السلوك العدواني على وفق الجنس

فقد كان المتوسط الحسابي للطلاب البالغ عددهم (224) على مقياس السلوك العدواني (82.43) بانحراف معياري قدرة (3.969)، بينما كان متوسط الطالبات البالغ عددهن (276) على السلوك العدواني (84.04) بانحراف معياري قدرة (3.747)، وباستعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، تبين ان القيمة التائية المحسوبة قد بلغت (1.432)، وهي غير ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (498) وهذا يعني عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في السلوك العدواني طلبة الجامعة كما في الجدول التالي:-

جدول (8) الفروق بين الذكور والاناث في السلوك العدواني

الجنس	عدد افراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة الجدولية	مستوى الدلالة (0.05)
ذكر	224	82.43	3.969	1.432	1,652	دالة لصالح الطلاب
انثى	276	84.04	3.747			

ترى الباحثة ان هذه النتيجة منطقية الى ابعد الحدود نظرا لكون مستوى السلوك العدواني بشكل عام منخفض لدى طلبة الجامعة ومن جهة اخرى تقارب الظروف الثقافية في البيئة الجامعية

الهدف الخامس: التعرف على العلاقة ذات الدلالة الاحصائية بين الانتباه الايجابي الموجه للذات والسلوك العدواني لدى طلبة الجامعة

من اجل تحقيق هدف البحث الحالي فقد استعمل الباحث معامل ارتباط بيرسون لحساب تلك العلاقة بين متغيري البحث الحالي وقد وجد ان قيمة معامل الارتباط (0.72-) وهي مؤشر على وجود علاقة قوية عكسية بين متغيري البحث الحالي.

وهذا يعني ان طلبة الجامعة ممن يمتلكون مستوى مرتفع من الانتباه الايجابي الموجه للذات سينعكس بشكل سلبي وعكسي مع مستويات السلوك العدواني لديهم، فكلما ارتفع الانتباه الايجابي الموجه للذات كلما قلت مستويات السلوك العدواني لدى طلبة الجامعة.

ثانيا: الاستنتاجات

١- يمتلك طلبة الجامعة انتباه ايجابي موجه للذات بشكل جيد ومرتفع

٢- تتقارب مستوى الانتباه الايجابي الموجه للذات بين كلا الجنسين من الذكور والاناث

٣- طلبة الجامعة يمتلكون مستوى منخفض من السلوك العدواني

٤- يتقارب مستوى السلوك العدواني بين كلا الجنسين من الذكور والاناث

٥- ان امتلاك مستوى مرتفع من الانتباه الايجابي الموجه للذات لدى طلبة الجامعة يعني ان مستوى السلوك العدواني سيكون منخفضا

ثالثا: التوصيات

١- الاهتمام بتطوير مهارات طلبة الجامعة فيما يتعلق بالانتباه وأشكاله المتنوعة نظرا لكونه متغير ايجابي يجب استثماره لدى طلبة الجامعة والحفاظ على مستويات مرتفعة لديهم.

٢- السعي الى اقامة المؤتمرات العلمية التي تناقش المظاهر والمتغيرات السلبية لدى طلبة الجامعة مثل السلوك العدواني واسبابه وطرق التعامل معه.

٣- اقامة الدورات التدريبية التطويرية لدى طلبة الجامعة من اجل تطوير المهارات الخاصة بالانتباه خصوصا الاشكال والانواع الحديثة التي تشير اليها الدراسات المعاصرة الخاصة بالانتباه.

٤- السعي الى تطوير المناهج الدراسية لتشمل متغيرات سايكولوجية ومعرفية متقدمة

٥- تفعيل وحدات الارشاد النفسي والسلوكي من اجل القاء الضوء على المتغيرات الايجابية وتطويرها فضلا عن الاهتمام بالمتغيرات السلبية ومحاولة التعامل معها وخفضها الى أدنى مستوى ممكن.

رابعا: المقترحات

١- الانتباه الايجابي الموجه للذات وعلاقته بالتفكير المتزامن لدى طلبة الجامعة

٢- السلوك العدواني وعلاقته بأحداث الحياة الضاغطة لدى طلبة الجامعة.

*** المراجع**

اولاً– المراجع العربية

باندورا (1973). العدوان، التعلم الاجتماعي، التحليل. نيو جيرسي، برنتيس هول.8- الإشول، عادل (1982): علم نفس نمو، الانجلو المصرية، القاهرة.

البيداغوجية للعنف الرمزي في التربية المدرسية، سلسلة بحوث ودراسات تربوية، العدد، القاهر: دار الفجر للنشر والتوزيع.

التميمي، محمود كاظم (2014): علم النفس المعرفي، عمان، الطبعة الاولى، دار الصفا للنشر والتوزيع، الاردن.

حجازي، يحيى ودويك، جواد (2002): العنف المدرسي، مركز فلسطين للإرشارد.

الدريعي، إباء محمد (2014): العنف المدرسي وأثره عمى التحصيل الدراسي والسلوكي للطفل، "أعمال المؤتمر الدولي السادس: الحماية الدولية للطفل:"طرالبس

الزبيدي، خلود مانع (2000): موسوعة الألعاب الرياضية، دار دجلة للطباعة والنشر، عمان.

الشريف، محمد (1990): مظاهر العدوان ومستوى القلق لدى الشباب الفلسطيني في قطاع غزة بالاراضي المحتلة والشباب الفلسطيني المقيم في مصر، دراسة مقارنة، رسالة ماجستير غير منشور، كلية الاداب، جامعة الزقازيق.

الشومان، عايش محمود (2013): أثر مشاهدة أفلام العنف والإثارة وممارسة ألعاب الفيديو العنيفة على سلوك طلبة المرحلة الإعدادية من وجهة نظر الطلبة وأولياء أمورهم، مجلة جامعة الأزهر–غزة: سلسلة العلوم الإنسانية، المجلد 15، العدد 2

عبد الصمد، فضل إبراهيم (2002)، الحواجز النفسية المساهمة في سلوك العنف لدي عينة من الطلاب الجامعيين، دراسة تنبؤيه إكلينيكية، كلية التربية، المنيا، بحث منشور، مجلة التربية وعلم النفس، العدد (1)، المجلد (16).

عبد المعطي، حسن مصطفى (2003): الاضطرابات النفسية في الطفولة والمراهقة: الأسباب، التشخيص والعلاج، دار القاهرة.

عبود، صلاح عبد الغني (١٩٩١): مدى فاعلية برنامج إرشادي في تخفيف حدة السلوك العدواني لدى طلاب الحلقة الثانية من التعليم الأساسي، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية بأسوان، جامعة أسيوط، مصر.

العتزي، فلاح محروت البلعاسي (2006)، علم نفس الاجتماعي، ط4، الناشر مكتبة الملك فهد الوطنية، الرياض.

عوض، عبد الناصر (1993): ممارسة خدمة الفرد مع حالات العنف الاسري دراسة نظرية للعوامل والمظاهر وطرق المواجهة (القاهرة، المؤتمر العلمي السادس، الجزء الاول).

القاضي، يوسف مصطفى وفطيم، لطفي محمد وحسين، محمود عطا (2002)، الارشاد النفسي والتوجيه التربوي، دار المريخ، المملكة العربية السعودية.

القطامي، يوسف (2005): علم النفس التربوي والتفكير.، مكتبة الفالح.، عمان.

مصطفى، منال محمود محمد (2016)، الاسهام النسبي لكل من الميتامزاج والانتباه الايجابي الموجه للذا في التنبؤ بمهارة ادارة الغضب لدى طلبة الدبلوم العام بكلية الدراسات العليا للتربية– جامعة القاهرة.

المطرودي، ضيف الله إبراهيم (1997): فاعلية التعزيز الايجابي والإقصاء في خفض السلوك العدواني لدى الأطفال التخلفين عقليا، (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة الملك سعود، كلية التربية، الرياض

موسى، رشاد (1999): سيكولوجيا الفروق بين الجنسين، القاهرة، مختار للنشر والتوزيع.

وطفة، على أسعد (2009): من الرمز والعنف إلى ممارسة العنف الرمزي – قراء في الوظيفة

ثانيا– المراجع الاجنبية

Abele, A.E., Silvia, P.J., &Zoller Utz, l.(2005).Flexible effects of positive mood on self-focused attention .Cognition &Emotion,19(4),623- 63`1.

Biss, R. K., & Hasher,L.(2011).Delighted and distracted: positive affect increases priming for irrelevant information .Emotion,11,1474-1478.

Boman . P., Curtis, D., Furlong , M. J & Smith ,D.C. (2006) . Crossvalidation and rach analyes of the austration version of the multidimensional school anger inventoryrevised .Journal of Psychoeducational Assessment,24 (3),225-242.

Brown, K. W., & Ryan, R.M., & Creswell, J. D.(2007). Mindfulness :Theoretical foundations and evidence for its salutary effects . Psychosocial lnquiry,18(4), 211-237.

Carver ,CS & Scheier, MF(1987).Dispositional optimism and physical weel-being :The influence of generalized outcome expectancies on health . Journal of Personality, 55 (2),196-210 .

Carver, C. S.(2012).Self-awareness .ln M, R. Leary & J. P. Tangney (Eds),Handbook of self and identiry (2nd ed .,PP.50-68). New York , NY: Guilford Press.

Duval ,T.S., & Wicklund, R. A. (1972). A theory of Objective self-awareness .New York: Academic Press.

Gendolla, G. H. E., & Richter, M., & Silvia. P. J. (2008).Self-focus and task difficuliy effects on cardiovascular reacnvity.Psychophyiology,45, 653-662.

Grisham, J. R., King , B. J., Makkar, S. R., & Felmingham , K. L.

Ohman, A., Flykt, A., & Esteves, F. (2001). Emotion drives attention :Detecting the snake in the grass. Journal of Experimental Psychology: General ,130(3),466-478.

Pszczynski, T, (1986)Public self and private self , Universit of Colorado Springs.

Salovey, P. (1992).Mood-induced self-focused attention. Journal of Personality and Social Psychology,62,699-707.

Spurr, J. M., & Stopa, L.(2003).The observer perspective :Effects on social anxiety and performance. Behaviour Research and Therapy,41(9),1009-1028.

Strawinska,U.(2010).Modes of self –directed attention: dynamic model of self –regulation ,The Charles Schmidt College.

Tamir, M., & Robinson, M.D.(2007).The happy spotlight :Positive mood and selective attention to rewarding information . Personality & Social Psychology Bullentin, 33, 1124-1136.

Turkum . A . S (2011) : School Violence: To What Extent Do Perceptions of Problem-Solving Skills Protect Adolescents? , Educational Sciences : Theory & Practice , 11 (1)

(2015). The contribution of arousal and self- focused attention to avoidance in social anxiety .Anxiety, Stress & Coping :A international Journal ,28(3),303-320.

Guler , B. &, Megan, L.(2011).Self-focused attention, authenticity, and well-being .Personality and lndividual Differences,87(1),70-75.

Isaacowitz, D. M., Wadlinger, H. A., Goren, D., & Wilson, H. (2006a) .ls there an age-related Positivity effectin visual attention? Acomparison of two methodologies. Emotion, 6,511-516.

Kiropoulos, L.A., & Klimidis ,S.(2006).Aself-focused attention scale :Factor structure and psychometric properties. Cogntive Therapy and Research,30(3),297-306.

lsaacowitz, D. M., (2005).The gaze of the optimist. Personality and Scoial psychology Bulletin,31,407-415.

Muraven,M.,Collins,R.L., Shiffman ,S., & Pat, J. A. (2005). Dail Fluctuations in Self –Control Demands and Alcohol lntake .Psychology of Addictive Behaviors,19(2),140-147.