16

التنظيم الذاتي المعرفي لدى طلبة مدارس المتميزين

د. هديل علي جبر

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي/ مركز البحوث النفسية

مستخلص البحث:

يهدف البحث الحالي تعرف على التنظيم الذاتي المعرفي لدى طلبة مدارس المتميزين، وتعرف الفروق في التنظيم الذاتي المعرفي تبعا لمتغير الجنس.

ولغرض التحقق من أهداف البحث، تبنت الباحثة مقياس الموسوي (٢٠١٠) لقياس التنظيم الذاتي المعرفي وتكون من (٤٠) فقرة ،وقد طبقت الباحثة المقياس على عينة من طلبة مدارس المتميزين من كلا الجنسين، حيث بلغ عددهم (١٠٠) طالبا وطالبة اختيروا بالطريقة العشوائية البسيطة.

وبعد المعالجة الاحصائية وتحليل البيانات أظهرت النتائج أن الطلبة تتمتع بالتنظيم الذاتي المعرفي، ولا توجد فروق في التنظيم الذاتي المعرفي بحسب الجنس.

وفي ضوء هذه النتائج توصلت الباحثة الى عدد من التوصيات والمقترحات.

Cognitive self-regulation of the students at the distinguished school

Abstract :

The current research aims to identify the cognitive self-regulation of distinguished school students, and to identify the differences in cognitive self-regulation according to the gender variable.

In order to verify the objectives of the research, the researchers adopted the Al-Musawi scale (2010) to measure cognitive self-regulation, consisting of (40) items.

The researcher applied the scale to a sample of students from distinguished schools, who numbered (100) male and female students, who were chosen by a simple random method.

In the light of the results, the researcher reached a number of recommendations and proposals.

الفصل الاول :التعريف بالبحث

مشكلة البحث :

يحظى ميدان العمل بتطوير التنظيم الذاتي بأهتمام العديد من الباحثين في علم النفس باعتباره نشاطا يتجاوز مجال العلاقات الإنسانية ومرتبط بالكثير من المتغيرات سواء النفسية والاجتماعية والتنظيمية، وكذلك مرتبط بطبيعة الحياة وجودتها للشخص العامل وما يتبعه من تأثيرات سلبية أو إيجابية، ويعمل مجال علم النفس على دراسة ما يجعل الحياة جديرة بالعيش من خلال شعور الإنسان بجودتها أو معناها لاستثمار وجوده الأصيل في بناء وابتكار ما يفيد الأجيال الحاضرة، حيث قال (مارتن سيلجمان) أن الفرد يصبح أكثر سعادة وتفاؤلا عندما يحاور نفسه ويتحدى أفكاره السلبية ويحللها ويقارنها بما يتمتع به من امتيازات (شيخي،٢٠١٤: ٩).

إن الذي تتعرض له مجتمعاتنا العربية من ضغوط مختلفة وعلى كافة الأصعدة بسبب التغيرات التي حدثت له في السنوات الأخيرة من حروب ودمار وانتحار وهجرة شرعية وغير شرعية ونزوح واختلاط الشعوب فيما بينها بسبب النزوح وما إلى ذلك. وبما أننا نعيش في هذا المجتمع الذي يتعرض فيه الأفراد يومياً للصدمات والجو المشحون بالعدائية والصراع, وجب علينا التخفيف والحد من هذه الصراعات للعيش في مجتمع ينعم بالسعادة والأمان (نوفل،٢٠٠٧:٢٧)، إذ يعد التنظيم الذاتي من الأسس الهامة في شخصية الفرد الذي يركز دوره في تناسق ونضج شخصية الفرد وتوافقه مع المحيط الذي ينتمي اليه ومنحه هوية خاصة به, ويعد دافعاً لتنظيم أهداف الفرد وتقييم سلوكه للوصول الى الهدف الذي يطمح اليه, وان الفشل في التنظيم الذاتي يعني عدم السيطرة على تصرفات الفرد، وعدم القدرة في ضبط الذات وأن سوء تنظيم الذات يعني امتلاك الفرد ذاتاً مشوهه أو مردوداً عكسياً (owens,1970:92)، وقد أكد العديد من الباحثين على أهمية التنظيم الذاتي المعرفي ودوره في العملية التعليمية، حيث توجد العديد من الأدلة الجوهرية التي تؤكد على أن الإنجاز الأكاديمي وجودة النتائج تعتمدان بشكل مباشر على الاستعداد والقدرة على التنظيم الذاتي للسلوك والعمليات المعرفية والدافعية والبيئة بما يتناسب مع مطالب الموقف التعليمي, إذ يجمع التنظيم الذاتي المعرفي بين كل من العوامل المعرفية والدافعية (العبيدي ،١٩٨٧:١٦), ونتيجة ما تقدم قررت الباحثة عمل دراسة للتوصل إلى نتيجة علمية دقيقة في محاولة الإجابة عن السؤال الاتي: (هل يتمتع طلبة مدارس المتميزين بالتنظيم الذاتي المعرفي؟)

أهمية البحث:

تعد المرحلة الاعدادية من المراحل ذات تأثير كبير على حياة الفرد ،إذ تمثل مرحلة البناء المعرفي والنفسي للطلبة، وهي محصلة تغيرات تربوية وفكرية واجتماعية يعيشها الطالب وتهيئهم لدخول مرحلة الجامعة وتتبلور فيها اتجاهاتهم وميولهم ،وتنمي لديهم قدراتهم المعرفية وقيمهم الاخلاقية والجمالية خاصة لدى الطلاب المتميزين، حيث يشكلون عنصراً مهماً وثروة وطنية في المجتمع، ومركز طاقته المنتجة والقادرة على إحداث التغييرات في مجالات الحياة كافة، لما يتمتعون به من قدرات عقلية وابتكارية. وقد حظي الطلبة المتميزون باهمية خاصة، حيث طالب افلاطون بضرورة الاهتمام بالمتميزين جسمياً وعقليا لانهم الاجدر على تسيير امور البلاد لكونهم الفئة المؤهلة لقيادة المجتمع (الظاهر،٢٠٠٨ :٣٧٩)

ويعد التنظيم الذاتي (Self-Regulation) يزيد من دافعية الشخص لتحقيق سلوكه المستهدف, إذ ينظر إلى نفسه على أنه إنسان قادر على ضبط سلوكياته فيتعلم الشخص كيف ينظم سلوكه ذاتياً، ويعتبر أفضل طريقة لتعميم السلوك والمحافظة على استمراريته (ابو جادو ونوفل،٢٠٠٧ :٤١) فيعمم ما يحدث في موقف الإرشاد إلى مواقف الحياة الواقعية فلا يعود بحاجة

إلى توجيه الآخرين وإشرافهم, بل يصحح معتمداً على ذاته فيتابع ما يفعله بنفسه, وهذا يبعث في النفس شعوراً طيباً, لان الإنسان يشعر أنه يستطيع التحكم بنفسه ويزيد من إنتاجيته ويولد شعوراً بالرضا عن الذات, وأن التنظيم الذاتي هو احد الأهداف الأساسية التي تتوخى التربية والتعليم علاجها فما يحاولان في النهاية تحقيقه هو مساعدة الشخص على أن يصبح مواطن مستقل يعتمد على نفسه ويوجه ذاته, ويقوم بالأداء الصحيح (الخطيب والحديدي ،١٩٩٧: ٢٨٤)، ويعمل على تحقيق امكانيات الشخص بصورة اسهل والسيطرة على الأمور والتحكم بها والقدرة على التفكير الإيجابي، والاستفادة منه في أمور الحياة ومعظم الاشخاص يريدون أن يحققوا الافضل من ناحية الأداء, فأولئك الذين يحققون قدرا من النجاح هم الاشخاص السعداء والمنتجون حقا, لذلك فأن موضوع تنظيم الذات بطريقة فعالة هو مفتاح للنجاح (كينان ،١٩٩٠: ٥٤).

لقد أكد (Bandura:1991) على أن أهمية التنظيم الذاتي للشخص وضرورة أن يكون لدى الشخص القدرة على ضبط سلوكه والتحكم فيه من خلال تصوراته حول النتائج المترتبة عليها, وأن عمليات التنظيم الذاتي مسؤولة بشكل كبير عن أحداث التغيرات المأمولة في سلوكياته, ويشمل تنظيم الذات الجيد السلوكيات والمعتقدات التي تعزز وتدعم دافعية الشخص وانجازه للأهداف، بينما يتضمن التنظيم الذاتي غير الجيد الأهداف والأفكار المعوقة للشخص بحياته (محمود،٢٠١٢: ٨٨) ووفقاً لرأي (Bandura:1991) يكمن نظام التنظيم الذاتي في صميم العمليات السببية فهي لا تتوسط في معظم التأثيرات الخارجية فحسب، بل توفر الأساس ذاته للعمل الهادف (Bandura,1991:248).

ويشير (باندي وامور ،٢٠١٠) إلى أن التنظيم الذاتي مهارة ذات تأثير على قدرة الفرد لتحمل الرغبات المطلوبة والتعامل مع الفشل وخيبة الأمل والعمل نحو النجاح، وكما ان للتنظيم الذاتي الاهمية الكبيرة في بعض جوانب الشخصية، وهذا ما أشارت إليه ايضاً دراسة (Smith،٢٠٠١) التي أكدت بأن الطلبة الذين يتميزون بالتنظيم الذاتي المعرفي فأنهم يتمتعون بالتحكم والسيطرة على السلوك والثقة بالنفس, بينما أشارت دراسة (Jone, 2002) أن الاشخاص الذين لديهم تنظيم ذاتي يتميزون بالرضا عن النفس (رشوان ،٢٠٠٦: ١٠)

وان التنظيم الذاتي المعرفي يساعد في توجيه الشخص نحو الهدف وتحذيره حينما لا يحقق التقدم الكافي للوصول اليه في الوقت المناسب وبالطريقة الفعالة, وبناء ذخيرة فنية من الاستراتيجيات الفعالة التي يمكن أن يستعين بها الشخص في المستقبل لاستكمال مهام مماثلة، مما يؤدي الى رفع كفاءته المهنية, وزيادة انتاجه وبصفة عامة فأن يحدث التنظيم الذاتي تبعاً لدرجة استعمال الشخص لمجموع العمليات الذاتية في التوجيه والضبط والتنظيم الاستراتيجي للسلوك والبيئة المحيطة, والمكونات الثلاثة هي العمليات الذاتية والسلوك والبيئة تربطها علاقة تبادلية حيث يؤثر كل منها في الآخر، ولا تعني كلمة تبادلية التماثل والتناسق في قوة التأثير أو

النمطية في التأثير المشترك المتزامن لكلا المكونين في الآخر, ولكن تعني علاقة تأثر وتأثير بين كل هذه المكونات تربطها علاقة تبادلية حيث يؤثر كل منها في الآخر (اللامي،٢٠١١:٦٦)

كما توصلت دراسة (ظافر،٢٠٠٩) إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين سلوك تنظيم الذات وسلوك الأنانية أي كلما كان هناك ارتفاع في مستوى سلوك تنظيم الذات انخفض مستوى الأنانية لدى أفراد عينة الدراسة (ظافر،٢٠٠٩ :١٥١)

في هذا السياق تعتبر مهارة التنظيم الذاتي المعرفي جانب مهم في شخصية المعلم وهذا لما له من أثار ايجابية سواءً على حياته الخاصة أو حياته العملية, حيث أن انخفاض مستوى مهارة التنظيم الذاتي تؤدي به إلى تصرفات غير سوية وغير مسئولة مثل: الضرب المبرح للطلاب والتلفظ بألفاظ بذيئة أو أن تكون علاقته مضطربة مع طلابه وزملائه الأساتذة و المدير والأولياء, وهذا يؤدي به أولا إلى كراهية طلابه ومن حوله أو كراهية عمله أو المؤسسة وهذا يؤدي به تغيير المؤسسة في كل مرة وهذا مما يجعل حياته مضطربة ويكون مستوى جودة الحياة لديه منخفض حيث يشكل عامل خطورة لأنه يخرج الأفراد عن تصرفاتهم السوية وذلك راجع إلى صعوبة التحكم بالذات وضبط النفس وعدم حب الأفراد له وكذلك إلى عدم استقراره في مكان عمل ثابت. وتعد عملية تنظيم الذات عملية أساسية في إنشاء القواعد السلوكية في أي مجتمع ومن ثم تكييفه من خلال العلاقة بين طريقة تفكيره واتجاهاته وبين سلوكه, كون التنظيم الذاتي يزيد من دافعية الفرد لتحقيق السلوك المستهدف لأنه ينظر إلى نفسه أنه إنسان قادر على ضبط سلوكه إذا ما تكون هذا الوعي لدى الفرد مما يقوده إلى فهم ذاته أولا ومن ثم العمل على تحقيق أهدافه بدرجة كبيرة من الوعي, ومن خلال مهارات تنظيم الذات منها مراقبة الذات وتنظيم الذات وتعزيزها والقدرة على إحداث تغيرات في المثيرات كلها تؤثر على ظهور السلوك والتحكم به (ozhiganova,2018:952)

ومما تقدم تتجلى اهمية البحث الحالي بما يأتي:

- إبراز أهمية التنظيم الذاتي المعرفي ،لكونه أحد الأسس المهمة التي تساعد على تحقيق الاهداف المنشودة للفرد.
- يلعب التنظيم الذاتي المعرفي دوراً مهما في حياة الأفراد بصورة عامة وحياة الطالب الجامعي بصورة خاصة، لأن امتلاكه سوف يمكنه من السيطرة على وعيه وتفكيره عند اتخاذ القرارات المهمة في حياته.
- يُعد التنظيم الذاتي المعرفي عملية مهمة في نشاط الطالب اليومي.

أهداف البحث:

يستهدف البحث الحالي التعرف الى:

١. مستوى التنظيم الذاتي المعرفي لدى طلبة مدراس المتميزين.

٢. الفروق في التنظيم الذاتي المعرفي لدى طلبة مدارس المتميزين حسب الجنس.

حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بطلبة الصف الرابع الاعدادي من الاناث والذكور المتواجدين في مدارس المتميزين التابعة لمديريات تربية الكرخ الثالثة في مدينة بغداد للعام الدراسي (٢٠٢٢ – ٢٠٢٣).

تحديد المصطلحات :

- تعريف (Zimmerman,1990):

هو التعبير الذي يشير إلى وصف التعلم الموجه ذاتياً من قبل العمليات الفعّالة لما وراء المعرفة (التخطيط، المراقبة، والتقويم الذاتي على وفق معيار التعلم ودافعيته) (Zimmerman,1990,17)

- تعريف (عبد الفتاح ، ٢٠٠٥):

هو المهارات التي يمارسها الطلبة ذاتيا فيعدلون ويطورون قدراتهم التعليمة الذاتية ويختارون الاستراتيجيات المعرفية التي ينجزون بها اهدافهم الذاتية من خلال بيئات تعليمية مميزة بوصفهم مشاركين نشطين وفعالين من منطلق التعلم ليس شيئا يحدث للطلبة وانما هو شيء يحدث بوساطة الطلبة. (عبد الفتاح، ٢٠٠٥: ٢٦٤)

- تعريف (رشوان ، ٢٠٠٦):

هو محاولات الفرد لتنظيم المظاهر المختلفة للمعرفة والدافعية والسلوك والسياق لغرض الاستغلال الأمثل للوقت والجهد في تحقيق الأهداف المنشودة (رشوان، ٢٠٠٦، ٨٥)

التعريف النظري:

قد تبنت الباحثة تعريف (Zimmerman,1990) تعريفاً نظرياً للبحث لكونها اعتمدت على نظريته عند تبني مقياس التنظيم الذاتي المعرفي.

التعريف الإجرائي :

هي الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال اجابته على فقرات مقياس التنظيم الذاتي المعرفي.

الفصل الثاني: اطار نظري ودراسات سابقة

التنظيم الذاتي المعرفي (cognitive self-regulation)

ان تنظيم الذات عملية معقدة ورد وصفها بصورة متنوعة، فمنهم من وصفها بأنها القدرة على الامتثال لطلب البدء بنشاط أو التوقف عنها طبقاً لمتطلبات الموقف، ومع كل هذه الاختلافات فإن تنظيم الذات يتطلب المعرفة بالسلوك المقبول اجتماعياً، لذا يشكل ركناً مهماً في عملية التنشئة الاجتماعية (السباب، ٢٠١٦: ٤١١)

ويستخدم مصطلح التنظيم الذاتي المعرفي عادة ليشير إلى الجهود المبذولة من الأفراد لتعديل أفكارهم ومشاعرهم ورغباتهم وسلوكهم في ضوء أهداف عليا مستقبلاً ويتميز التنظيم الذاتي المعرفي بأنه يمثل إشرافاً ذاتياً مستمراً على السلوك فهو يتضمن قدر من التعزيز الداخلي يقدمه الشخص لنفسه، ويوجد اتفاق عام على وجود مظهرين أساسين للتنظيم الذاتي المعرفي هما:

١. يمثل نظاماً دفاعياً دينامي لإعداد أهداف الفرد وتنميتها وتحديد الاستراتيجيات المختلفة لإنجاز هذه الأهداف ومتابعتها بالتقييم لمستمر.
٢. القدرة على التحكم في ردود الفعل الانفعالية والتي تعد عنصراً مهماً في النظام الدفاعي، خاصة المرتبطة بالعمليات المعرفية.

ومن وجهة نظر (جروستارث – ماتيك، ايزينك ،١٩٩٥) يعد التنظيم الذاتي بناءً كلياً، يُشار به إلى الاستقلال الذاتي والانفعالي للفرد، والقدرة على تنظيم حياته الخاصة، بفاعلية من أجل إنجاز حاجاته وأهدافه (حلاوين، ٢٠١٦: ٤)

يرى (باندورا) أن التنظيم الذاتي المعرفي (Self-regulation) هو قابلية الفرد في التحكم بسلوكه الخاص، فالناس تكون لديهم القابلية على التحكم بسلوكهم، ويصبح التنظيم المعرفي ذاتياً عندما يكون لدى الفرد أفكاره الخاصة حول ما طبيعة السلوك المناسب أو غير المناسب، ويختار التصرفات تبعاً لذلك (Rutledge, 2000:4) فالأفعال التي تعطيه إحساساً بالفخر والرضا الذاتي تكون مرغوبة أكثر عند القيام بها من الأفعال التي تؤدي إلى النقد الذاتي (Eysench, :477 2004) فالتنظيم الذاتي يمثل القوة المحركة بالنسبة لشخصية الإنسان، إنه جهد منظم لتوجيه الأفكار والمشاعر والأفعال لتحقيق الأهداف، وبدأ الاهتمام بالتنظيم الذاتي المعرفي منذ اكثر من (٢٠) عام حينما بدأ التربويون بالانتباه الى المشكلات التي ممكن تواجه الطلبة عند تعلمهم وقد تنوع الاهتمام بمفهوم المتعلمين ذوي التنظيم الذاتي بوصفه تركيبة جديدة في مجال الدافعية والذي يرجع الى التعلم الذي يحدث في سلوك الطلبـة، والذي يكون متجهاً نظامياً صـوب احـراز اهـداف تعليمية (Zimmerman, 2000:13)

ويعد Bandura (باندورا ١٩٧٧) اول من قام بدراسة العلاقة بين معتقدات الفاعلية الذاتية والتنظيم الذاتي المعرفي، عندما قام بتطوير نظريته المعرفية الاجتماعية، حيث افترض أن هناك

ثلاثة محددات رئيسية، تمكن الانسان من أداء مهامه بنشاط وفاعلية، وهذه المحددات هي: محددات شخصية – محددات بيئية – محددات سلوكية. وإن هذه المحددات الثلاثة تكون مستقلة (Zimmerman,1989: 33)

نظرية التنظيم الذاتي الدائري أو الحلقي لـ(زيمرمان)

Self-Regulatory (Zimmerman)

acyclical

لقد اقترح (Zimmerman, 1989) صيغة ثلاثية لتفسير التعلم المدرسي المنظم ذاتياً، وتم بناؤه على اساس نظرية التعلم المعرفي الاجتماعي، ويعتمد على نموذج الحتمية التبادلية الثلاثي لـ(باندورا)، والذي يفترض ان العوامل البيئية والذاتية والسلوكية تعمل بشكل منفصل ولكنها تكون معتمدة داخلياً عند تفاعل المتعلم مع المهام الاكاديمية (رشوان ، ٢٠٠٦ :١٤)، ويرى (زيمرمان) أن التنظيم الذاتي المعرفي حلقي، بمعنى أن الإتقان يتطلب بذل جهود متعددة، ويقود كل جهد سابق نمواً لاحقاً (عبد الفتاح ، ٢٠٠٥: ٢٦٤) وان التنظيم الذاتي يحدث بصفة عامة تبعاً لدرجة قيام المتعلم باستعمال العمليات الذاتية في الضبط والتوجيه والتنظيم الاستراتيجي للسلوك والبيئة المحيطة ،وهذه المكونات الثلاثية للتعلم المنظم ذاتياً (العمليات الذاتية، السلوك، البيئة) تربطها علاقة تبادلية (رشوان، ٢٠٠٦: ١٥) ، وطبقاً لذلك لم يكن التنظيم الذاتي للطلبة حالة مطلقة للتوظيف، بل حالة تتنوع على وفق السياق المدرسي والجهود الشخصية للتنظيم الذاتي ونتائج الأداء السلوكي (Zimmerman & Martinez-Pons,1990, 51) كما يرى (زيمرمان) أن التنظيم الذاتي يتضمن ثلاث عمليات مفتاحيه فرعية هي:

١. **الملاحظة الذاتية Self-Observation**: وتعزى إلى استجابة الطلبة التي تتضمن المراقبة المنتظمة للأداء.
٢. **أحكام الذات Self-Judgment**: وتشير إلى مقارنة المتعلم بين نتائج أدائه والمعايير الموضوعة أو الأهداف المراد تحقيقها، وتتأثر هذه العملية بالعديد من العوامل مثل أنماط المعايير المستخدمة وخصائص الهدف ومناسبته وأهمية إنجاز الأهداف المحددة، ونمط العزو.
٣. **ردود أفعال الذات Self-reaction**: نحو أداء الفرد ويشير إلى التأملات وردود الأفعال المتعلقة بالتقدم نحو الهدف ونتائج الأداء، مثل الرضا عن النتائج والأداء، وقبول النتائج، ولرد الفعل الذاتي تأثير كبير على الدافعية والشعور بالكفاءة (Schunk, 1981; 105)

وهذه العمليات ليست معتمدة تبادلياً فقط ولكنها متفاعلة أيضاً، فحينما يلاحظ المتعلم بعض أشكال سلوكه ربما يقيمها في ضوء المعايير الموضوعة، وتقويمات المتعلم وردود أفعاله تحدد

ملاحظاته التالية لنفس أشكال السلوك أو لغيرها، وكذلك لا تعمل هذه العمليات مستقلة عن بيئة التعلم، حيث تساعد العوامل البيئية على تحسين عمليات تنظيم الذات (رشوان، ٢٠٠٦: ١٩)

تعد القدرة على التنظيم الذاتي المعرفي من العمليات المرغوب فيها في عملية التعلم، وذلك بسبب تأثيراتها الايجابية على السلوك واكتساب المهارات (Reid ,1993:43) وهذا المصطلح يشير إلى عملية التوجيه الذاتي التي من خلالها يقوم المتعلم بتحويل قدراته الذهنية ونقلها إلى مهارات متعلقة في أداء المهام (Zimmerman, 2001: 65)

كما أن التنظيم الذاتي يعد الوسيلة التي يستعملها المتعلم لتدبير أفكاره وتنظيمها كما أن استعمال تقنيات التنظيم الذاتي المعرفي يساعد الطلبة على أداء المهام بصورة أكثر فاعلية وأكثر استقلالية، ومثال على ذلك: حينما يقوم الطالب الناجح بقراءة نص معين، ويدرك بأنه لم يفهم النص الذي قرأه، فإنه سوف يقوم بإعادة قراءته، ويضع أسئلة ويقوم بتلخيص الأشياء التي يجب أن يفهمها، ومن جانب آخر أن الطلبة ذوي القابليات الضعيفة يقرأون نصاً معيناً وبعد ذلك يدركون أنهم لا يفهمون سوف يرغبون بالتوقف عن القراءة أو الاستمرار بالقراءة، بسبب أنهم لم يلاحظوا هدف النص، لذلك تراهم يفشلون في تقييم تعلمهم ومراقبته، وان هؤلاء الطلبة لديهم نقص في وظائف السيطرة التنفيذية الضرورية لإكمال المهارات الأكاديمية المعقدة بصورة مستقلة (Zimmerman,2001 :43)، وأن تنظيم مادة التعليم يفيد في حالة التذكر طويل المدى بدرجة أكبر مما يفيد في حالة التذكر قصير المدى، حينما تكون عناصر مادة التعليم مرتبطة بعضها بالبعض الآخر بشكل دال، حيث يستفيد الأفراد من العلاقات ذات الدلالة التي تكون بين عناصر المعلومات مما يساعد على الاحتفاظ بهذه المعلومات فترات طويلة، ويفسر الاحتفاظ طويل الأجل على أساس أنه يعتمد بصفة خاصة على عملية التكامل بين المعلومات ذات الدلالة الموجودة في الذاكرة التي يتم تفسيرها أو ترميزها حيث يتم خلال عملية الترميز لهذه المعلومات إدراك الأفراد للعلاقات بين عناصر المعلومات، ومن ثم إن استرجاع أحد هذه العناصر يكون سهلاً في حالة إمكانية استرجاع العناصر الأخرى المرتبطة بهذا العنصر (ابو سليمة، ٢٠١٠، ١٢٠)

ويشير (الحربي ٢٠٠٨) إلى أن الطلبة يستعملون التنظيم الذاتي المعرفي من أجل:

١- تنظيم أسلوبهم وإدارته في الوصول إلى الهدف من التعليم.

٢- توجيههم نحو الهدف وتحذيرهم حينما لا يحققون التقدم الكافي للوصول إلى أهدافهم في الوقت المناسب وبالطريقة الفعالة.

٣- بناء ذخيرة فنية من الاستراتيجيات الفعالة التي يمكن أن يستعين بها في المستقبل لاستكمال مهام مماثلة مما يؤدي إلى رفع كفاءتهم التعليمية، وزيادة إنتاجهم، ونجاحهم في اتخاذ القرارات الصائبة والناجحة (الحربي، ٢٠٠٨: ١٠)

مهارات التنظيم الذاتي المعرفي:

لا بد أن يتمتع الطلبة بمجموعة من المهارات الخاصة بعملية التنظيم الذاتي المعرفي ومنها :

١- وضع المعايير والأهداف: وتتم هذا الخطوة عندما يقوم الفرد بتحديد ووضع أهداف تتناسب مع قدراته وميوله ويسعى إلى تحقيقها، ويجب أن تحتوي تلك الأهداف على مستوى من التحدي لتحقيقها.

٢- الملاحظة الذاتية: من الضروري أن يقوم الفرد بمراقبة نفسه من أجل التحقق من مدى إنجازه لأهدافه الخاصة، ويكون ذلك ضمن مستوى من الوعي والانتباه.

٣- الحكم الذاتي: وهي أن يطلق الفرد أحكام ذاتية على سلوكه قاصداً تقييم ذاته أثناء سعيه لتحقيق أهدافه، ويختلف الأفراد في مستوى حكمهم للتحقيق الأهداف نظراً لأنها عملية ذاتية ولا ترتبط بأحكام الجماعة.

٤- الاستجابة الذاتية: وتكون عندما يعزز الفرد نفسه وذلك لشعوره بالفخر والاعتزاز نتيجة تحقيقه للأهداف التي يسعى إليها، أو بالعقاب والشعور بعدم الرضا والذنب لفشله في تحقيقها، أي أن الاستجابة الذاتية هي نوع من أنواع التغذية الراجعة (عجوة، ٢٠١٢ :٢٨)

الدراسات السابقة

- دراسة بن مهنا (٢٠٠٤) :

(استراتيجيات التنظيم الذاتي للتعلم لدى طلبة كلية التربية)

هدفت هذه الدراسة التعرف على مستوى استراتيجيات التعلم بفروعه الثلاثة (استراتيجيات التعلم، الدافعية، استراتيجية إدارة الموارد) أجريت هذه الدراسة في سلطنة عمان، وطبقت على عينة مكونة من (٢١٦) طالباً وطالبة من كلية التربية بجامعة قابوس، واستخدمت الباحثة مجموعة من الوسائل الاحصائية وتوصلت النتائج الى وجود مستوى مرتفع من التنظيم الذاتي لدى عينة البحث. (بن مهنا، ٢٠٠٥)

- دراسة (Jezegous 2012)

(The Influence of the Openness of an E-Learning Situation on Adult Students' Self- Regulations)

هدفت هذه الدراسة التعرف الى مستوى التنظيم الذاتي لدى عينة من طلبة المرحلة الجامعية، والتعرف على نمط الشخصية الانفتاحية، وتكونت عينه الدراسة من (١٨٧) طالباً وطالبة من جامعة ليون الفرنسية، مستخدماً المنهج الوصفي المسحي. واظهرت النتائج ان مستوى التنظيم الذاتي لدى الطلبة الجامعيين كان متوسط، واظهرت وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى التنظيم الذاتي تعزى لمتغير التخصص لصالح طلبة التخصصات العلمية، ولمتغير النوع، لصالح فئة الاناث (Jezegous 2012)

- دراسة كوهين (Cohen, 2013):

(The Importance of Self-Regulation for College Student Learning College Student)

هدفت هذه الدراسة التعرف إلى مستوى التنظيم الذاتي وأهميته في عمليات التعلم لدى الطلبة في المرحلة الجامعية، تكونت عينة الدراسة من (٨٩) طالباً وطالبة من طلبة مرحلة البكالوريوس في جامعة ولاية فلوريدا الأمريكية، وبينت النتائج أن مستوى التنظيم الذاتي لدى الطلبة كان متوسطاً، ووجود أثر ذو دلالة إحصائية لمستوى التنظيم الذاتي على التحصيل الأكاديمي للطلبة (Cohen, 2013)

- دراسة (Gurcay & Balta, 2013) :

(The Effect of Turkish Students & apos; Motivational Beliefs on Their Metacognitive Self-Regulation)

هدفت هذه الدراسة التعرف على العلاقة بين التنظيم الذاتي والدافعية لدى طلبة الجامعات في مدينة أنقرة، تكونت عينة الدراسة من (١٨٧) طالباً وطالبة، وبعد تطبيق المقياس التي تم بنائه، واستخدام الوسائل الاحصائية أظهرت النتائج تمتع الطلبة بمستوى متوسط من التنظيم الذاتي، ووجود علاقة ارتباطية إيجابية ذات دلالة إحصائية بين التنظيم الذاتي والدافعية (Gurcay & Balta, 2013)

- دراسة (الفتلاوي ٢٠١٥)

(التدفق وعلاقته بتنظيم الذات ونمط التفكير الشمولي لدى طلبة الجامعة)

هدفت هذه الدراسة إلى تحديد مستوى التنظيم الذاتي، وبيان أثر متغيري الجنس والتخصص الدراسي في التنظيم الذاتي، وتكونت عينة الدراسة من (٢٠٠) طالباً وطالبة من طلبة الجامعة، وأشارت نتائج الدراسة الى ان مستوى التنظيم الذاتي لدى عينة الدراسة كان مرتفع، كما اشارت

نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التنظيم الذاتي تعزى لمتغيري الجنس والتخصص الدراسي (الفتلاوي، ٢٠١٥)

الفصل الثالث : اجراءات البحث

منهجية البحث واجراءاته :

يتضمن في هذا الفصل عرضاً لمنهجية البحث واجراءاته، واعتمدت الباحثة المنهج الوصفي ،كونه اكثر المناهج ملاءمة في وصف الظاهرة المدروسة. وفيما يأتي عرض الاجراءات:

اولا: مجتمع البحث:

يتكون مجتمع البحث الحالي من طلبة الصف الرابع الاعدادي/ مدارس المتميزين المتواجدين في مديرية تربية الكرخ الثالثة للذكور والاناث للعام الدراسي (٢٠٢٢ – ٢٠٢٣) وجدول (١) يوضح ذلك.

جدول (١)

توزيع مجتمع البحث

ت	اسم المدارس	عدد الطلبة		المجموع
		ذكور	اناث	
١	ثانوية طالب السهيل للمتميزين	٤٠		٤٠
٢	ثانوية الفوز للمتميزات		٥٠	٥٠
٣	ثانوية الكوثر للمتميزات		٤٣	٤٣
٤	ثانوية النور للمتميزين	٣٩		٣٩
	المجموع	٧٩	٩٣	١٧٢

ثانياً: عينة البحث:

تتألف عينة البحث الحالي من (١٠٠) طالب وطالبة في الصف الرابع الاعدادي موزعين على (٤) مدارس للمتميزين/الكرخ الثالثة من للذكور والاناث اختيروا بالطريقة العشوائية البسيطة للعام الدراسي (٢٠٢٢ ـ ٢٠٢٣)، جدول (٢). يوضح ذلك.

جدول (٢)

توزيع افراد العينة

ت	اسم المدارس	عدد الطلبة		المجموع
		ذكور	اناث	

١	ثانوية طالب السهيل للمتميزين	٢٥		٢٥
٢	ثانوية الفوز للمتميزات		٢٥	٢٥
٣	ثانوية الكوثر للمتميزات		٢٥	٢٥
٤	ثانوية النور للمتميزين	٢٥		٢٥
	المجموع	٥٠	٥٠	١٠٠

ثالثاً: أداة البحث:

تختلف أدوات البحث باختلاف أهداف وطبيعة البيانات المطلوب الحصول عليها، وتحقيقا لهدف البحث الحالي كان لابد من استعمال أداة لقياس التنظيم الذاتي المعرفي لدى عينة البحث، فقد قامت الباحثة باستعمال مقياس الموسوي (٢٠١٠) لقياس التنظيم الذاتي المعرفي وذلك لانه تم اعداده ايضاً على عينة طلبة الجامعة، وتم التحقق منه من خلال استخراج الصدق والثبات لجميع فقراته ملحق (٢).

ويتكون مقياس علوان (٢٠١٥) من (٤٧) فقرة وتكون الإجابة عنه الاختيار من (٥) بدائل وهي: (تنطبق عليَ بدرجة كبيرة جداً، تنطبق عليَ بدرجة كبيرة، تنطبق عليَ بدرجة متوسطة، تنطبق عليَ بدرجة قليلة، لا تنطبق عليَ).

الصدق الظاهري :

للتحقق من مدى الصلاحية لفقرات المقياس تم عرضها بصيغتها الاولية والبالغ عددها (٤٧) فقرة، ملحق (٢)، على مجموعة من المختصين في مجال التربية وعلم النفس ملحق (١)، لإصدار الحكم على مدى صلاحية كل فقرة من فقرات المقياس ،حيث تم اعتماد نسبة (٨٠٪) فأكثر من الاتفاق بين المحكمين للإبقاء على الفقرة ،وبعد الاخذ بأراء الخبراء كانت جميع الفقرات صالحة وباستثناء الفقرات (١٧ – ٢١ – ٣٠ – ٣٦) تحتاج الى تعديل بحسب وجهة نظرهم ملحق (٣)، وحذفت الفقرات (٧ – ١٠ – ١١ – ١٣– ٤٢ – ٤٣ – ٤٧) ملحق (٤)

<u>التحليل الأحصائي لفقرات المقياس</u>

القوة التمييزية (المجموعتان المتطرفتان): بعد ان تم تطبيق المقياس، وصححت استجابات الطلبة ورتبت الدرجات الكلية ترتيباً تنازلياً من اعلى درجة الى اقل درجة تم اختيار (٢٧٪) من الاستمارات الحاصلة على اعلى الدرجات و(٢٧٪) من الاستمارات الحاصلة على ادنى الدرجات وبما ان الاستمارات الخاضعة للتحليل الاحصائي (١٠٠) استمارة فأن نسبة (٢٧٪) هي (٢٧) استمارة، فكانت استمارات المجموعتين تساوي (٥٤) استمارة ثم تم استخرج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لكل فقرة في المجموعتين العليا والدنيا، وباستعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لحساب دلالة الفروق بين متوسطي المجموعتين العليا والدنيا ،اظهرت النتائج ان جميع الفقرات دالة

إحصائياً لان القيمة التائية المحسوبة أكبر من القيمة الجدولية البالغة (١.٩٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة الحرية (٥٢) وجدول (٣) يوضح ذلك. وبذلك بقي المقياس يتكون من (٤٠) فقرة بصورته النهائية ملحق (٥).

جدول (٣)

القوة التمييزية لفقرات المقياس

ت	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة	الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
١	٣.١٥٥	٠.٧٣١	٢.٧١١	٠.٨١٦	٤.٤٣٤	دال
٢	٣.٤٩١	٠.٦٦٢	٢.٩٨٧	٠.٨٧٥	٦.١٥٨	دال
٣	٣.٦١١	٠.٦٤٩	٣.٢٦٤	٠.٨٩٥	٥.٩٦١	دال
٤	٣.٥١٢	٠.٥٩٦	٣.١٣٧	٠.٨٣٣	٥.٨٠٠	دال
٥	٣.١٣٥	٠.٦٥٧	٢.٩٧٩	٠.٨١١	٥.٣٢١	دال
٦	٣.٧٠٢	٠.٤٤٨	٣.٣٥٧	٠.٦٧٥	٧.٩٥٦	دال
٧	٣.٦٧٠	٠.٥٧١	٣.٥٧٧	٠.٧٣٣	٤.٩٥٢	دال
٨	٣.١٧٥	٠.٦٥٢	٢.٩٣٧	٠.٨٨٥	٦.١٠٩	دال
٩	٣.٢٦٤	٠.٦٠٠	٢.١٠٩	٠.٨٩٨	٧.١٧٢	دال
١٠	٣.٢٦١	٠.٦٧٩	٢.٧٩٠	٠.٨١٧	٧.٠٧٢	دال
١١	٣.٠٤٠	٠.٨٤١	٢.٢٢٧	٠.٩٠١	٤.١٣٠	دال
١٢	٣.٣٣١	٠.٧٦٨	٢.٩٨١	٠.٩٦١	٧.٠٠٩	دال
١٣	٤.٧٥٩	٠.٨٧٢	١.٦٨٧	٠.٩٩٧	٨.٠١٦	دال
١٤	٣.٥٠٤	٠.٦٣٠	٢.١٤٦	٠.٩٢٠	٩.٤٢٨	دال
١٥	٣.٤٠٥	٠.٨٤٩	٢.١٩٠	٠.٩١٠	٧.١٣٦	دال
١٦	٣.٥٤٤	٠.٦٦٤	٢.١٩٨	٠.٩٠٦	٦.٨٧٩	دال
١٧	٣.٥٩٨	٠.٦٧٢	٢.٩٠٩	٠.٨٤٥	٩.٢٠٦	دال
١٨	٣.٤٠٥	٠.٦٨٣	٢.٧٨٣	١.٠٧٥	٧.٨٦٧	دال
١٩	٣.٢٨٠	٠.٧٠٣	٢.٨٣١	٠.٩٩٣	٨.١٦٠	دال
٢٠	٣.٥٠٥	٠.٥٣٧	٢.١٥٣	٠.٧١٨	٧.٠٩٠٠	دال
٢١	٤.١١٢	٠.٦٤٧	٤.٣٠٦	٠.٨٦٨	٥.١٦٠	دال
٢٢	٤.٨٢٢	٠.٧٧٥	٣.٨٦٧	٠.٩٥٨	٦.٨٣٠	دال
٢٣	٣.٦٨٥	٠.٨٦٢	٣.٤٢٠	١.٠٧١	٤.٤٨٨	دال
٢٤	٣.٠٩٤	٠.٩٤٤	٢.٩٧٦	١.١٦٠	٥.٢٩٠	دال
٢٥	٣.١٠٨	٠.٩٧٦	٢.١٧٠	١.٠٦٠	٦.٩٣٥	دال
٢٦	٤.٣٤١	٠.٨٦٩	٣.٧٦٨	١.٠٨١	٤.١٩٣	دال
٢٧	٤.١٥٣	٠.٧٠١	٣.٣٧٠	١.٠٨٢	٣.٠٦٠	دال
٢٨	٣.٨٩٥	٠.٨٦٣	٣.٧٢١	١.٠٠٧	٥.٦٨٩	دال

٢٩	٢.٨٣٩	١.١٤٨	٢.٨٥٠	١.١٦٩	٢.٩٢٦	دال
٣٠	٢.٨٧٠	١.٠٩٠	٢.٩٨٠	١.٠٤٢	٢.١٠٨	دال
٣١	٣.٨٨٤	٠.٩٠١	٣.١٢٧	٠.٩٧٧	٤.٢٨٣	دال
٣٢	٢.٨١١	١.١٨٧	٣.٢٠٤	١.٠٣٥	٤.٠٢٩	دال
٣٣	٤.٥٧٩	٠.٧٧٢	٣.٣٩٤	٠.٩٣٢	٥.١٨٢	دال
٣٤	٤.١٧٣	٠.٨٠٩	٣.٤١٩	٠.٩٦٠	٨.٨٦٥	دال
٣٥	٣.٨٤٥	٠.٨٢٧	٣.٦٢٢	٠.٩٥٥	٥.٦٣٠	دال
٣٦	٤.٢٨٠	٠.٨٩١	٣.٧٣١	١.١٥٨	٦.٢١٣	دال
٣٧	٤.٣٢٣	٠.٨٤٨	٣.٩٠٣	١.٢١١	٩.٨٩٨	دال
٣٨	٤.١٠٤	٠.٩١٠	٣.٩٠٨	١.٠٩٦	٧.٧١٣	دال
٣٩	٤.٦٢٠	٠.٦٦٣	٣.١٨٠	١.٢٠٣	٦.٧١٨	دال
٤٠	٤.٧٩٢	٠.٥١٧	٣.٨٩٣	١.١٠٧	٧.٣٢٢	دال

الثبات Reliability

معادلة الفا كرونباخ:

تعد من أكثر المعادلات شيوعا في حساب معامل الثبات، وتعتمد هذه الطريقة على الانحراف المعياري للمقياس وللفقرات المفردة ،ولتحقيق ذلك قامت الباحثة بتطبيق معادلة (الفاكرونباخ) على درجات الطلبة من افراد عينة الثبات والبالغ عددهم (٥٠) طالباً وطالبة ،وبلغ معامل ثبات المقياس (٠,٨٢) وهو يعتبر معامل ثبات جيد.

الفصل الرابع: تفسير النتائج

الهدف الاول: تعرف مستوى التنظيم الذاتي المعرفي لدى طلبة مدارس المتميزين.

بعد ان تم تطبيق مقياس التنظيم الذاتي المعرفي على عينة البحث البالغة (١٠٠) طالبا وطالبة حصلوا على متوسط حسابي (٢٦.٢١٠) وبانحراف معياري (٦.١٢٥) ،ولمعرفة دلالة الفرق عند مقارنة المتوسط الحسابي مع الوسط الفرضي البالغ (١٢٠) استخدم الاختبار التائي لعينة واحدة ،اظهرت النتائج ان هنالك فروقاً ذات دلالة إحصائية إذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (٧٦.٥٠٨) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١.٩٦) وبدرجة حرية (٩٩) ،وعند مستوى دلالة (٠.٠٥) مما يدل على وجود تنظيم ذاتي معرفي لدى طلبة مدارس المتميزين، وجدول (٤) يوضح ذلك.

جدول (٤)

حجم العينة ومتوسطها الحسابي والوسط الفرضي مع الانحراف المعياري والقيمة التائية

				القيمة التائية		

عدد افراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	المحسوبة	الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة
١٠٠	٢٦.٢١٠	٦.١٢٥	١٢٠	٧٦.٥٠٨	١.٩٦	٩٩	دال

وتعزو الباحثة هذه النتيجة جاءت تتفق مع دراسة بن مهنا (٢٠٠٤) ودراسة الفتلاوي (٢٠١٥) وتفسير ذلك يعود الى ان طلبة مدارس المتميزين يتمتعون بتنظيم ذواتهم وسلوكهم وأدائهم من خلال ملاحظة ذواتهم، والحكم عليها وتكون الاستجابة لها على وفق الاحداث والمؤثرات المختلفة التي تواجههم في حياتهم اليومية، وتعزو الباحثة هذه النتيجة الى الاعداد الاكاديمي الجيد وامتلاكهم الخبرة وقدرتهم على مواجهة كثير من المشكلات التعليمية والنفسية والاجتماعية، وبالتالي لديهم تكون امكانية التحكم بالسلوك في الكثير من المواقف ومقدرتهم على تحمل المسؤولية من اجل اهداف مستقبلية.

وتتفق هذه النتيجة مع مفاهيم نظرية (Zimmerman) للتنظيم الذاتي المعرفي والتي أكد فيها ان الافراد لديهم القدرة على التحكم بسلوكهم من خلال تأمل سلوكهم ومراقبته والحكم عليه والاستجابة له، اي ان الاشخاص يستطيعون الى حد كبير تنظيم سلوكهم عن خلال تصور النتائج التي يولدونها او يتوصلون لها بأنفسهم (Zimmerman, 2000: 281).

الهدف الثاني: تعرف الفروق في التنظيم الذاتي المعرفي لدى طلبة مدارس المتميزين حسب الجنس.

ولغرض تحقيق هذا الهدف تم تحليل إجابات الطالبة على مقياس التنظيم الذاتي المعرفي باستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين للتعرف على دلالة الفروق بين الذكور والاناث والمقارنة بين المتوسطات الحسابية، وجدول (٥) يوضح ذلك.

جدول (٥)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والقيمة التائية بحسب متغير الجنس

المرحلة الدراسية	عدد افراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		درجة الحرية	مستوى الدلالة
				المحسوبة	الجدولية		
ذكور	٥٠	١١٤.٦٨١	١١.٣٠٦	١.٠٨٢	١.٩٦	٩٨	دالة
اناث	٥٠	١١٦.٥٠٨	١٢.٨٧١				

يتضح من جدول (٥) ان القيم التائية المحسوبة اصغر من القيمة الجدولية والبالغة (١.٩٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بدرجة حرية (٩٨).

وتشير نتائج الهدف الثاني إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية حسب متغير الجنس، وتفسير هذه النتيجة يعود الى ان الافراد جميعا لديهم مستوى مناسب من التحكم والتنظيم الكافي لضبط سلوكهم وملاحظة ادائهم من خلال معايير محددة والحكم عليه، وكذلك خضوع الاناث والذكور لمواد دراسية موحدة، بالإضافة الى تشابه المؤثرات البيئية المحيطة بهم التي تؤدي الى تنظيم ذواتهم معرفياً، وتتفق هذه النتيجة من دراسة (الفتلاوي، ٢٠٠٥)

وهذا يتفق مع ما أشارت إليه نظرية (Zimmerman) الذي يذكر عدم وجود فروق دالة بين الذكور والاناث في التنظيم الذاتي المعرفي.

الاستنتاجات

في ضوء ما تقدم. خرج البحث الحالي بالاستنتاجات الآتية :

١- ان طلبة مدارس المتميزين لديهم تنظيم ذاتي معرفي.

٢- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور والاناث تبعا لمتغير الجنس.

التوصيات:

في ضوء النتائج التي توصلت اليها الباحثة توصي بالاتي:

١. اتاحة الاجواء الملائمة التي تشجع الطلبة على ممارسة النشاطات المعرفية والامور التنظيمية بأنفسهم، واعتماد خبراتهم في مواجهة الصعوبات.

٢. الاهتمام بأنشاء ورش ودورات تدريبية توضح أهمية التنظيم الذاتي للطلبة باعتباره دافعا للتقدم وموجها للإنجاز.

المقترحات:

استكمالاً لمتطلبات هذا البحث تقترح الباحثة الاتي:

١. إجراء دراسات مشابهة للبحث الحالي على مراحل دراسية أخرى، ومقارنة نتائجها مع نتائج البحث الحالي.

٢. إجراء دراسة لتعرف العلاقة بين التنظيم الذاتي المعرفي ومتغيرات اخرى مثل (الذكاء العاطفي ،عادات العقل ،توجهات الهدف ،الذكاء الاخلاقي)

٣. إجراء دراسة مقارنة في التنظيم الذاتي المعرفي لدى عينات مختلفة مثل (عمداء الكليات ،طلبة الدراسات العليا ،الموظفين)

المصـــادر :

- أبو جادو نوفل, صالح محمد علي, محمد بكر(٢٠٠٧): تعليم التفكير النظرية والتطبيق , ط ١, دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة, عمان.
- أبو سليمة ،نجلاء فتحي محمد (٢٠١٠): إدارة الغضب وعلاقتها بالضبط الذاتي لدى طلاب الجامعة بجامعة بور سعيد، مجلة كلية التربية (٨).
- البديري, شيماء نصيف عناد(٢٠٠٦): تقديم المساعدة وعلاقته بدرجة الصلة بين مقدم المساعدة ومستلمها، رسالة ماجستير، كلية الاداب، الجامعة المستنصرية.
- بن مهنا ،خالد (٢٠٠٤): استراتيجيات التنظيم الذاتي للتعلم لدى طلبة كلية التربية ،سلطنة عمان، مسقط.
- بولص، رامي (١٩٧٧): التنظيم الذاتي لدى طلبة الجامعة , مجلة البحوث التربوية والنفسية ,عدد(٧٢)،مجلد(١٩)
- جروستارث – ماتيك، ايزينك (١٩٩٥): التنظيم الذاتي وعلاقته بجودة الحياة لدى الامهات العاملات في مجال التعليم, جامعة الشهيد حمة لخضر بالوادي, كلية العلوم الاجتماعية والانسانية , قسم العلوم الاجتماعية.
- الحربي ،محمد بن محمد احمد (٢٠٠٨) :تعليم الطالب ليصبحوا دارسين اكثر استراتيجية وتنظيما ذاتيا بالاستفادة من النظرية البنائية , ط١ .
- حلاوين، رضوان خالد (٢٠١٦): انماط الشخصية وعلاقتها بتنظيم الذات لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة شمال قطاع غزة، رسالة ماجستير غير منشورة جامعة الازهر، غزة.
- خضر، وفاء كنعان(٢٠١٥): التنظيم الذاتي وعلاقته باتخاذ القرار لدى طلبة الجامعة ،مجلة جامعة تكريت للعلوم الانسانية، مجلد (٢٢)، العدد(١٠).
- الخطيب, جمال والحديدي , منى (١٩٩٧): تعديل السلوك، منشورات جامعة القدس المفتوحة, ط ١.
- رشوان , ربيع عبده احمد (٢٠٠٦): التعليم المنظم ذاتيا وتوجهات اهداف الانجاز, نماذج ودراسات معاصرة , ط ١ ،عالم الكتاب, القاهرة.
- السباب، ازهار محمد مجيد (٢٠١٦): التفكير وعلاقته بتنظيم الذات لدى طلبة المرحلة الاولى ،كلية الاداب، مجلة الاستاذ ٢(٢١٩)٤٣٨ –٤٠٩.

- شيخي, مريم (٢٠١٤): طبيعة العمل وعلاقته بجودة الحياة دراسة ميدانية في ظل بعض المتغيرات، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة ابي بكر بلقيد تلمسان، الجزائر.
- ظافر، سوسن سمير عبدالله (٢٠٠٩): اثر التدريب على التعليم الذاتي في تعديل سلوك الانانية لدى طالبات المرحلة المتوسطة، اطروحة دكتوراه غير منشورة , كلية التربية، الجامعة المستنصرية.
- عبد الفتاح، فوقية (٢٠٠٥)علم النفس المعرفي بين النظرية والتطبيق ,ط١ ، القاهرة، دار الفكر العربي.
- العبيدي, سعد خضير خلف (١٩٨٧): دراسة تجريبية لبعض المتغيرات المؤثرة في اتخاذ القرارات، رسالة ماجستير غير منشورة, كلية الاداب، جامعة بغداد.
- عجوة ،محمد عبد الفتاح (٢٠١٢): القدرة التنبؤية للكفاءة الذاتية والرضا الوظيفي والتنظيم الذاتي في الهوية الوظيفية للمعلمين الفلسطينيين ،رسالة دكتوراه غير منشورة ، جامعة اليرموك ،الاردن.
- الفتلاوي، جواد (٢٠١٥): التدفق وعلاقته بتنظيم الذات ونمط التفكير الشمولي لدى طلبة الجامعة، اطروحة دكتوراه غير منشورة، الجامعة المستنصرية.
- كينان , كيت(١٩٩٥): تنظيم وتفعيل الذات، الدار العربية للعلوم، بيروت.
- اللامي, عامر عبد الكريم (٢٠١١): الذكاءات المتعددة وعلاقتها بالتنظيم الذاتي لدى طلبة الجامعة, رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية ابن الهيثم، جامعة بغداد.
- محمود , احمد فتحي(٢٠١٢): التنظيم الذاتي وعلاقته بقلق الاختبار لدى طلبة الجامعة ,مجلة البحرين الثقافية , العدد ٢٨ المجلد ٣.
- معالي ،ابراهيم باجس (٢٠١٥): فاعلية برنامج تدريبي في تحسين الضبط الذاتي وخفض العزلة لدى طلبة المراهقين ، مجلة دراسات العلوم الانسانية والاجتماعية.
- نوفل ،محمد بكر(٢٠٠٧): الذكاء المتعدد في غرفة الصف :النظرية والتطبيق، دار المسيرة للنشر والتوزيع ،عمان.

- Bandura(1991) Social cognitive theory of moral thought and
- Action, ln: Handbook of Moral, Behavior and Develop ment,
- kurtines, wM and. Erwitz Jvol.(1), Hillsdale,NJ : Erlbaum
- Cohen M. T. (2013). The Importance of Self-Regulation for College Student Learning College Student Journal 46(4) 892-902.
- Gurcay D & Balta E. (2013). The Effect of Turkish Students & apos; Motivational Beliefs on Their Metacognitive Self-Regulation in Physics Asia-Pacific Forum on Science Learning and Teaching 14 (2). 9-18.

- Ozhiganova, VGallna, 2018, SELF-REGULATION AND SELF-REGULATORy CAPACITIES COMPONENTS, LEVELS, MODELS, RUDN Joural of psy chology
- Jezegous A. (2012). The Influence of the Openness of an E-Learning Situation on Adult Students' Self- Regulations International Review of Research in Open & Distance Learning. 14(3) 182-201
- Zimmerman(1989): Asoial cognitive view of self-regulated academic learning joural of Educational psychology,(18)(3)329-339.
- Zimmerman, B.J &Martinez-pons ,M (1990) "Student difference in self regulated learning : Relating grade sex and giftedness to self - efficacy and strategy use", Journal of Educational Psychology,82(1):51-59.