أساليب وعادات الاستذكار ومهاراته
لدى طلبة كلية التربية والعلوم الأساسية بشبكة
جامعة عجمان للعلوم والتكنولوجيا
(دراسة استطلاعية)

د/ عبد العزيز مهيوب الوحش

أستاذ الصحة النفسية المساعد – قسم الإرشاد النفسي – كلية التربية – جامعة إب

الملخص :

وتلعب أساليب ومهارات الاستذكار دوراً مهماً في تنشيط الذاكرة للاحتفاظ بالمعلومات حيث يتفق علماء النفس على أن أساليب الاستذكار السليمة هي التي تجعل ذاكرة الطالب منظمة ومرتبة ونشطة وقادرة على الاحتفاظ بالمعلومات لفترة طويلة ، ولذلك فان الطالب الذي يستذكر بهدوء ، ويركز انتباهه اثناء الاستذكار يستطيع أن ينقل المعلومات المهمة من الذاكرة الحسية إلى الذاكرة قصيرة المدى فوراً ، وعن طريق الفهم والتكرار ، والتسميع ، والتفكير في معاني المادة التي يستذكرها ، يستطيع نقلها إلى الذاكرة طويلة المدى والاحتفاظ بها لفترة طويلة واسترجاعها بسهولة ويسر عند الاحتياج إليها .

وتلعب المشكلات الشخصية والقلق الدراسي وصعوبة أو سهولة المادة الدراسية والدافع إلى التحصيل والانجاز ، وميل الطالب نحو المادة الدراسية وغيرها دوراً مهماً في الاستيعاب والفهم أثناء الاستذكار ،وفي ضوء هذه الأفكار خلص البحث إلى النتائج الآتية :

١) إن طلبة كلية التربية والعلوم الأساسية بشبكة جامعة عجمان للعلوم والتكنولوجيا يستخدمون بصفة عامة أساليب وعادات الاستذكار ومهاراته .

٢) إن الطلبة لا يعيرون الوقت اهتماماً ، فهم لا ينظمون أوقات استذكارهم ولا يتهيئون للمذاكرة منذ بداية الفصل الدراسي.

٣) إن طلبة كلية التربية والعلوم الأساسية بشبكة جامعة عجمان للعلوم والتكنولوجيا يجيدون مهارات القراءة التي تمكنهم من فه م أفكار الدرس ويسجلون ملخصات لما يقرؤونه ، ويركزون على الجمل أكثر من الكلمات ، ويبدؤون بقراءة الأجزاء السهلة .

٤) الطلبة يتبعون الطريقة الكلية والجزئية ، ويحاولون معرفة العلاقة بين أجزاء الدرس عند استذكارهم ، ويربطون ما يتعلمونه بالواقع ويقومون ، بالتسميع لأنفسهم بعد الانتهاء من استذكار الدرس ، ويهتمون بمراجعة الموضوعات غير الواضحة في الدرس .

المنارة للاستشارات

www.manaraa

مقدمـــــة :

تعد طريقة الاستذكار احد الفنون العقلية التي يتقنها بعض الطلاب ويفشل في إتقانها البعض الأخر لأنها ذات طبيعة خاصة تتم بتوجيه ذاتي تستلزم من الطالب الانفراد بنفسه وقتا معينا لكي تتحقق فعالية هذه العملية ، كما تحتاج اختيار الأساليب والمهارات اللازمة لتحقيق مستوى مناسب من التعلم ، بالإضافة إلى الإرادة والتصميم لبذل الجهد المطلوب لتحقيق الهدف ، فالاستذكار لا يعتبر فقط عملية معرفية بل أيضا عملية وجدانية تتطلب إرادة قوية من المتعلم لانجاز المهام ، ولذلك فان كمية ونوعية الأنشطة التي يبذلها الطالب تعتمد على العوامل الوجدانية كأحد مكونات الشخصية Personal Efficiency ، كما تعتمد إطار الموقف الذي يوجد فيه الطالب حيث نجد اختلاف فعالية الاستذكار باختلاف الأفراد ، وباختلاف شروط العمل أو الأساليب المطلوب التمكن من استخدامها لهذا العمل . (الشرقاوي ، ١٩٩٨ : ٢٠١ - ٢٠٣)

وتشير الدراسات إلى أهمية الدور الذي تلعبه أساليب ومهارات الاستذكارومهاراته في اكتساب أنماط سلوكية ضرورية لعملية التعلم الذاتي ، ولذلك نجد أن الطلاب في المراحل الدراسية المتقدمة - غالبا ما يلجئون أثناء استذكار دروسهم إلى التكرار المنظم والموجه ذاتيا لمجموعة من أساليب الأداء السلوكي المكتسبة والمتسمة بالثبات النسبي ، والتي تبنوها مع مرور الوقت وفضلوها لانجاز مهامهم الدراسية . (نجاتي ، ١٩٨٥ : ١٩٦)

وتلعب أساليب ومهارات الاستذكار دوراً مهماً في تنشيط الذاكرة للاحتفاظ بالمعلومات حيث يتفق علماء النفس على أن أساليب الاستذكار السليمة هي التي تجعل ذاكرة الطالب منظمة ومرتبة ونشطة وقادرة على الاحتفاظ بالمعلومات لفترة طويلة ، ولذلك فان الطالب الذي يستذكر بهدوء ، ويركز انتباهه اثناء الاستذكار يستطيع أن ينقل المعلومات المهمة من الذاكرة الحسية إلى الذاكرة قصيرة المدى فوراً ، وعن طريق الفهم والتكرار ، والتسميع ، والتفكير في معاني المادة التي يستذكرها ، يستطيع نقلها إلى الذاكرة طويلة المدى والإحتفاظ بها لفترة طويلة واسترجاعها بسهولة ويسر عند الاحتياج إليها . (دافيد وف ، ١٩٨٣ : ٣٣٣ - ٣٣٥) ، ومن ثم فان الاحتفاظ بالمعلومات لفترة طويلة يعتمد على الطريقة المتبعة في عملية الاستذكار ، وقدرة الطالب على ربط المعلومات الجديدة بالخبرات السابقة ، وإيجاد علاقات بين عناصر الدرس ، بالإضافة إلى سهولة أو صعوبة المادة التي يقوم الطالب باستذكارها ، كما أن التهيؤ النفسي للاستذكار ، والدافع للتحصيل الأكاديمي ، والميل إلى المادة الدراسية ، والتوافق مع النظم والقواعد الأكاديمية يلعب دوراً في الاستيعاب والفهم والحفظ السريع .

وتؤدي طريقة الاستذكار التي يتبعها الطالب من حيث الانتباه ، والتخطيط ، والتنظيم ، والدقة ، والإعداد ، والترتيب ، واستغلال الوقت ، والجهد ، والقدرة إلى أقصى درجة ممكنة إلى جعل

المنارة للاستشارات
www.manaraa

الطالب يكمل مهامه الأكاديمية بفاعلية ونجاح ، و يتطلع إلى معرفة المزيد من المعلومات لأنه يستمتع بها الأمر الذي يؤدي إلى نمو ثقته بنفسه ويجعله يشعر بالفخر بكل انجاز حققه . (رزق ، ٢٠٠٤ : ١ - ٥)

وتتطلب عملية الاستذكار السليمة تحديد موضوع الدرس الذي ينوي الطالب استذكاره ، وتهيئة مكان الاستذكار ، وتنظيم الوقت ، والتخلص من المشكلات ، واستحضار الذهن ، ومعالجة مشتتات الانتباه ، واستعراض المادة أو الموضوع بشكل إجمالي ، ثم التعرف على العناوين الفرعية قبل البدء باستذكار التفاصيل ، والجمع عند الاستذكار بين الطريقة الكلية والطريقة الجزئية ، وكتابة ملخصات للأفكار الرئيسية التي يفهمها الطالب من فقرات الموضوع ، والتسميع الذاتي ، ومراجعة ما تم استذكاره من وقت لأخر ، كما أن المشاركة الإيجابية في القاعة الدراسية ومناقشة الأساتذة والزملاء في الموضوعات التي يجد فيها صعوبة ، والرجوع إلى كتب أخرى يمكن أن تثري الموضوع وتبدد الصعوبات التي تواجه الطالب أثناء استذكار دروسه . (نجاتي ، ١٩٨٥ : ١٩٠- ٢٠٠)

والحقيقة أن عملية الاستذكار ليست قدرة معرفية عقلية فقط ، بل تتوقف أيضا على عوامل أخرى صحية ومزاجية وظروف اجتماعية ، وشخصية وغيرها، فاعتلال الصحة العامة، والانفعالات، والتعب، والسكن غير المناسب ، والضوضاء المحيطة بالطالب ، والمشاكل الأسرية ، والاجتماعية ، والعاطفية من العوامل التي تؤثر على قدرة الطالب في تركيز الانتباه ، والمثابرة أثناء الاستذكار ، وبالتالي عدم قدرته على استيعاب وتنظيم وتخزين المعلومات واستدعائها أثناء الاختبار . (أبو العلا ، ١٩٧٦ : ١١- ١٤)

وتلعب المشكلات الشخصية والقلق الدراسي وصعوبة أو سهولة المادة الدراسية والدافع إلى التحصيل والانجاز ، وميل الطالب نحو المادة الدراسية وغيرها دوراً مهماً في الاستيعاب والفهم أثناء الاستذكار ، ولذلك نجد (سبيلبرجر) يؤكد على أن الطلاب الذين لديهم مشاكل شخصية وغير متوافقين مع الظروف البيئية الأكاديمية يكونون أكثر توتراً وقلقاً ، وأقل إنجازا أثناء مذاكرتهم للمواد الدراسية كما أنهم أقل كفاءة لمزاولة أنشطتهم الأكاديمية ، ويحققون أقل درجات في الاختبارات التحصيلية . (Spielberger , 1972 : 27)

أما (هانسلي وميدن) فيؤكدان على أن صعوبة المادة الدراسية تزيد من مستوى القلق لدى بعض الطلبة أثناء الاستذكار ، ومن ثم ينخفض اداؤهم وأستيعابهم للمادة الدراسية ، بينما يندفع آخرون إلى البحث والتنقيب عن مصادر المعلومات ، ويسألون أساتذتهم ويناقشون زملاءهم حتى يتمكنوا من الفهم والإستيعاب . (Hunsley and Median , 1985: 19)

وهناك باحثون آخرون اعتبروا أن وجود القلق بدرجة متوسطة قبل وأثناء الاستذكار يعد دافعا للطالب من شأنه أن يزيد من قوة العادة على الاستذكار في المواقف التعليمية المختلفة ، بل ويدفعه إلى سرعة التعلم وتحسين الأداء والإنجاز .(Leavitt , 1980 : 90 - 91)

المنارة للاستشارات
www.manaraa

ولذلك يمكن القول أن الطالب الذي لديه دافع قوي للاعمال الأكاديمية ، ومستوى طيب من المثابرة والإصرار، ويبذل جهداً كبيراً في استذكار دروسه وينجز ما كلف به من مهام من أساتذته أو ممن لهم علاقة بالعملية التعليمية ، ينال رضاهم ويحقق أكبر قدر من الإنجاز وفقاً لقدراته وإمكانياته ويرضى بأدائه ونجاحه في الاختبارات .

ويرى (أتكنسون) أن الدوافع المرتبطة بالأجتهاد والسعي إلى التفوق تستثير كل من الرجاء في النجاح ، والخوف من الفشل ، ومن شأن ذلك أن يحدد ما إذا كان الطالب سوف يسعى باتجاه المهام والأعمال المرتبطة بالاستذكار أو بعيدا عنها ، غير أنه من المؤكد أن الطلبة الذين لديهم دوافع إيجابية لإحراز النجاح والتفوق ، يسعون إلى تجنب الفشل من خلال سعيهم نحو المهام والأعمال المرتبطة بالاستذكار متجاوزين في ذلك كل مايمكن أن يعيقهم عن تحقيق أهدافهم . (قشقوش ومنصور ، ١٩٧٩ : ٤٠ - ٤٣)

ومن الملاحظ أن بعض الطلبة الذين يؤجلون استذكار دروسهم حتى موعد الاختبارات تسيطر عليهم وساوس أثناء الاستذكار ، ويعيشون حالة صراع بين خيارين إما استذكار الدروس دفعة واحدة - كما لو أنهم سيلتهمونها التهاماً - وإما ترك عملية الاستذكار بحيث لا يعيرونها الاهتمام الكافي ، ومع ذلك قد نجدهم يتحمسون للاستذكار من وقت لأخر ، ولكن سرعان ماتفتر هممهم ويذبل حماسهم بل وتجرهم الأفكارالوسواسية ، وأحلام اليقظة دون تحقيق أي تقدم في فهم واستيعاب دروسهم بسبب تلك الأفكار الو سواسية .

ويلعب ميل الطالب نحو المادة الدراسية دوراً مؤثراً في تكيفه مع الظروف المصاحبة لعملية الاستذكار واستيعاب موضوعات المادة الدراسية . فالطالب الذي لديه ميل إيجابي نحو المادة الدراسية ، يكون أكثر تكيفا مع الظروف والمشكلات المحيطة به أثناء الاستذكار وأكثر مثابرة واستيعاباً ويكون تحصيله مناسباً لما بذله من جهد ، بعكس الطالب الذي لديه ميل سلبي نحو المادة الدراسية إذ لا يستطيع التكيف مع الظروف ، ويبذل جهداً أقل في المادة التي لا يميل لدراستها ، ويكون غير قادر على الاستذكار بشكل منتظم ، وقد يتركها ويرسب في الاختبار أو يحصل على تقدير منخفض . (الوحش ، ١٩٩١ : ٤٣)

وقد كشفت دراسات عديدة أن الطلبة الذين يستخدمون أساليب وعادات دراسية خاطئة - كالحفظ عن ظهر قلب مثلاً - يلجئون إلى زملائهم الطلبة لمساعدتهم في فهم المادة العلمية عندما يجدون صعوبة في فهمها ، بينما الطلبة الذين اعتادوا على ألأساليب والعادات الدراسية الصحيحة ويستخدمون استراتجيات التفكير الناقد لفهم المادة العلمية وتحليلها لا يلجئون إلى زملائهم بقدر لجوئهم لأساتذة المقررات الدراسية عندما تواجههم صعوبة في فهمها واستيعابها . (سليمان ، ١٩٨٩ : ٢٦)

ولاشك أن هناك عادات سلوكية مشتركة بين الطلاب والطالبات فيما يتعلق بالاستذكار اليومي غير أن الطالبات يستخدمن عادات دراسية أفضل من الطلاب ومن بين هذه العادات التركيز والفهم الدقيق للأفكار

المنارة للاستشارات
www.manaraa

والمفاهيم العلمية ، وكيفية التعامل مع الكتاب المقرر ، ومراجعة الدروس، وتخصيص وقت أكثر من الطلاب للاستذكار ، والاستعداد للاختبارات ، أما الطلاب فهم أقل تركيزاً من الطالبات حيث يوجهون جهودهم أثناء الاستذكار نحو فهم المفاهيم والحقائق العلمية الأقل أهمية ، كما يركزون على الأفكار العامة أكثر من التركيز على الأفكار الدقيقة والخاصة ، وقد يدخلون الاختبار وهم أقل استعداداً لأدائها .(الصراف، ١٩٩٢ : ٢٦٠- ٢٦١)

وتعد القراءة السليمة وسرعتها ضمن مهارات الاستذكار السليمة إن لم نقل أهمها على الإطلاق حيث ركز التربويون عليها في مختلف العصور لأنها تلعب دورا مهما في توفير الوقت ، والجهد ، والفهم والاستيعاب ، والربط بين أفكار المادة ، والتركيز ، والاستمرار في الاستذكار ، وقد أكد بعض الباحثين على أن القراءة بصمت ، والقراءة الناقدة تجعل الطالب يركز على المعنى أكثر من الكلمات ، كما أن سرعة القراءة مهمة لأنها توصل القارئ إلى فهم أسرع . (الزير وشراب ، ١٩٩٧ : ٦٨- ٨٩)

كما انصب اهتمام وتركيز التربويين على مهارة سرعة القراءة كمهارة مهمة من مهارات الاستذكار في هذا العصر الذي نعيشه عصر تفجر المعلومات والثورة التكنولوجيا ، وتقاس هذه السرعة بمعرفة مقدار الزمن الذي يستغرقه الفرد في قراءة النص بالثواني مع تذكر واستيعاب أهم الأفكار والمعاني المتضمنة فيه ، وان كان بعض المربين يرون بأن القارئ في مرحلة معينة من النضج القرائي يميل إلى أن يكون قارئاً مرناً في إحساسه بضرورة تغيير سرعته القرائية في ضوء صعوبة المادة ووفق الغرض منها والزمن المتاح لقراءة الموضوع ، إلا أن معدل سرعة القراءة يزداد بزيادة سهولة النص وبتوفر مسافات مناسبة ، كما يتأثر بمستوى التحصيل اللغوي واستمرار القراءة والاطلاع . (رزق ، ٢٠٠٤ : ١٢)

وبهذا الصدد كشفت نتائج العديد من الدراسات أن الطلبة الجامعيين الذين لديهم عادة الانتظام في قراءة موضوعات الكتاب المقرر أو الكتب المساعدة وتدوين الملاحظات أثناء استذكار دروسهم اليومية وأثناء الاستماع للمحاضرات ، يكونون أكثر قدرة على تذكر هذه المعلومات أثناء الاختبارات من الطلبة الذين يكتفون بقراءة الموضوعات وسماع المحاضرة دون تدوين الملاحظات ، ولذلك فان تدوين الملاحظات يعتبر من المهارات الدراسية المهمة في البيئة التعليمية. ومن جانب أخر يرى باحثون آخرون أن الطلبة الجامعيين يشعرون بضيق الوقت وعدم القدرة على تنظيمه بل لا يستخدمون غالبا وقت الاستذكار للاستفادة منة في رفع تحصيلهم الأكاديمي ، وأن عملية الاستذكار لديهم لا تخضع عاده إلى تخطيط علمي دقيق .
(الصراف ، ١٩٩٢ : ٦٣- ٦٢)

وتلعب مشتتات الانتباه دوراً سلبياً في عدم القدرة على التركيز والفهم وربط أفكار الدرس بحيث تؤدي إلى الاستيعاب المناسب للوقت والجهد المبذول أثناء عملية الاستذكار ، ولذلك فان التغلب على مشتتات الانتباه لدى الطالب يتطلب استحضار الذهن ، وتكوين اتجاه إيجابي نحو المادة الدراسية ، وتحديد

المنارة للاستشارات
www.manaraa

أهـداف واضـحة قابلـة للتحقيـق ، واختيـار المكـان الهـادئ ، واسـتذكار الـدروس أولاً بـأول ، وعـزل الموضوعات أو المشكلات التي لا علاقة لها بالدرس أو حلها قبل البدء بالاستذكار ، والتهيؤ للاستذكار ، وترك ما يصعب فهمة لاستشارة أستاذ المقرر، والتوقف عن الاستذكار أثناء التعب ، والتخلص من أحلام اليقظة ، ومحاولة فهم الأفكار الأولى في الدرس ، والقيام بعملية التلخيص ، والإصرار على تحقيق الأهداف ، والاقتناع بأهمية المادة وفهم ما يتم استذكاره وعدم الانشغال بالأ صوت وتهيئة مكان الاستذكار ، وتقدير قيمة الوقت ، والمحافظة على الصحة العامة والغذاء ، وعدم التنقل من مادة إلى أخرى قبل استيعاب المادة السابقة ، وأخذ فترات استراحة قصيرة أثناء المذاكرة لان ذلك يجدد النشاط ويزيل الملل . (الزير، و شراب : ١٢٤ - ١٣١)

مشكلة الدراسة :

يلاحظ الباحث أن أساتذة جامعة عجمان للعلوم والتكنولوجيا يبذلون جهوداً طيبة في سبيل نقل المعرفة لطلابهم ، وتقدم جهات متعددة في إدارة الجامعة وكلياتها خدمات متعددة للطلبة ، وينفق الآباء مبالغ مالية كثيرة في سبيل تعليم أبنائهم وبناتهم ، ويقضي المرشدون الأكاديميون في الجامعة وقتاً طويلاً في توجيه طلابهم نحو واجباتهم الأكاديمية ، ومع ذلك نلاحظ في كل فصل دراسي عدداً غير قليل من الطلبة الذين يحصلون على معدلات منخفضة ، وآخرون يتلقون إنذارات أكاديمية بسبب انخفاض معدلاتهم التراكمية عن الحد الأدنى للنجاح الأمر الذي قد يؤدي إلى معاناة نفسية وتكاليف مالية ووقتاً وجهداً إضافيين لهم ولأسرهم . ومن الملاحظ أن الكثير من الطلبة الجامعيين يبذلون جهوداً كبيرة ويقضون أوقاتٍ طويلة في الاستذكار إذ لا يستطيع أي فرد أن يتصور أن الطالب الجامعي يمكن أن يدخل الاختبار دون استذكار مقرراته الدراسية ، ودون استيعاب قدر من المعرفة من حضور المحاضرات ، وأثناء تفاعله مع المثيرات المعرفية المختلفة في البيئة الجامعية ، غير أن نتائج الطلبة في كل فصل دراسي تطلعنا بتدني التحصيل الدراسي لدى الكثيرين منهم. وتذكر بعض الدراسات أن كثيراً من الطلاب لا يحصلون على النتائج التي يرجونها من مذاكرتهم ليس لأنهم لا يبذلون الجهد الكافي ، بل لأنهم لا يحسنون تنظيم أوقات الاستذكار ، أو لأنهم يستذكرون دروسهم بطريقة خاطئة ، أو لأنهم لا يقرؤون بطريقة جيدة ، أو لأنهم لا يستعدون للاختبار كما يجب ، أو لعدم تأكدهم من فهم ما ينبغي فهمه ، أو عدم التركيز أثناء الاستذكار على الأفكار الهامة ، ومن هنا يمكن القول بأنهم يفتقرون إلى استخدام الأساليب والمهارات الدراسية السليمة . (إبراهيم وصالح ، ٢٠٠٥ : ٤ - ٨)

وعلى الرغم من أن عوامل عديدة قد تسهم في انخفاض معدلات التحصيل الدراسي لدى الطلبة أو فشلهم في بعض المقررات الدراسية ، كالقدرات العقلية ، ومستوى الدافعية ، وعوامل انفعالية واجتماعية واقتصادية مختلفة ، ولاشك أن من بين هذه العوامل التي تسهم في انخفاض معدلات العديد من الطلبة

المنارة للاستشارات
www.manaraa

أساليب وعادات الاستذكار الخاطئة .

فالطالب عند دخوله الجامعة يكون قد أعتاد على أساليب دراسية في المراحل الدراسية السابقة للدراسة الجامعية دون معرفة ما إن كانت تلك الأساليب والعادات سليمة أو خاطئة في ظل انعدام الإرشاد المدرسي والتربوي والنفسي في الكثير من المدارس قبل الالتحاق بالجامعة (سليمان ، ١٩٨٩ : ٢٥) ، وهذا يعني أن الدراسة الجامعية الناجحة تحتاج بجانب القدرات العقلية الملائمة إلى توافر أساليب ومهارات دراسية ربما لم يتح للطالب اكتسابها في مراحل التعليم السابقة ، وربما يؤدي ذلك إلى التعثر في الدراسة الجامعية بسبب قلة الوعي بمتطلباتها .

وعلى الرغم من أن بعض الطلاب من المتفوقين في الشهادة الثانوية ، إلا أننا قد نجد مستويات البعض منهم متدنية في الجامعة ، كما قد نجد البعض الأخر يتعثر نتيجة الرسوب في بعض المقررات ، وقد يترك البعض الدراسة أو يغير التخصص ، وهذا ليس راجعا إلى قصور في قدرتهم العقلية وإنما قد يكون مرده قصور في السلوك التكيفي مع الدراسة الجامعية ، وقد يأتي ذلك بسبب جهل البعض منهم بمعرفة الأساليب والعادات والمهارات الفعالة في الدراسة وما تتطلبه الجامعة منهم ، أو بسبب وجود اتجاهات سالبة نحو الدراسة والتعلم أو التخصص ، أو بسبب نقص الاستعدادات في مجال التخصص ، وبالتالي تدني الدافعية الدراسية كنتيجة حتمية لكل هذه الممارسات غير المناسبة . (إبراهيم وصالح ، ٢٠٠٥ : ١٠)

وقد لاحظ الباحث أثناء تدريسه مقرر علم النفس العام ، وعلم النفس التربوي ، في كلية التربة بشبكة جامعة عجمان للعلوم والتكنولوجيا أن الطلبة يصغون جيدا أثناء الحديث عن أساليب الاستذكار السليمة ، وتكثر أسئلتهم حول هذا الموضوع الأمر الذي يعني أنهم بحاجة إلى معرفة أساليب ومهارات الاستذكار السليمة التي تمكنهم من تحسين مستوياتهم التحصيلية ،هذا بالإضافة إلى مقابلات شخصية إرشادية كثيرة مع الطلاب والطالبات في مكتب الباحث أثناء الساعات المكتبية وأثناء العملية الإرشادية ، يتم توجيههم وتزويدهم خلالها ببعض أساليب ومهارات الاستذكار السليمة ، كما لاحظ الباحث أن نتائج الطلبة في كل فصل دراسي متدنية ، والبعض يتلقى إنذارات أكاديمية ، وآخرون يتم فصلهم بعد إعطائهم الفرص المناسبة لتجاوز الإنذارات الأكاديمية ، وعند مناقشة اللجنة العلمية بحضور عميد كلية التربية والعلوم الأساسية لأسباب تدني التحصيل الدراسي تم استعراض العديد من الأسباب من بينها عدم معرفة الطلبة لأساليب ومهارات الاستذكار ، وتم الاتفاق على انجاز مجموعة من الأبحاث المتعلقة بأسباب انخفاض مستويات الطلبة خلال الفصل الدراسي الأول من العام الجامعي ٢٠٠٧ – ٢٠٠٨ م .

ومن هذا المنطلق كان إحساس الباحث بمشكلة الدراسة الحالية ، وتم تحديدها بالتساؤلات الآتية :

أ - هل يستخدم طلبة كلية التربية والعلوم الأساسية بشبكة جامعة عجمان للعلوم والتكنولوجيا أساليب وعادات الاستذكار ومهاراته وفق الأسس السليمة المتمثلة بالاتي :

المنارة للاستشارات
www.manaraa

١- تنظيم وقت الاستذكار والتهيئة له منذ بداية الفصل الدراسي .
٢- القراءة التي تمكنهم من فهم أفكار الدرس ، وتسجيل ملخصات لها .
٣- التغلب على مشتتات الانتباه أثناء الاستذكار .
٤- مدى استخدم الأساليب والمهارات العلمية للاستذكار .
٥- مدى توفر دافع للاستذكار ، والبحث عن مصادر المعلومات .
٦- مدى الشعور بالقلق الدراسي .

ب - هل هناك فروق دالة إحصائيا في أساليب وعادات الاستذكار ومهاراته وفقا للمتغيرات الآتية :

١ – النوع (ذكوراً – إناثاً)
٢ – التخصص (عربي إسلامي – انجليزي – رياضيات)
٣ – المستوى الدراسي (الأول – الرابع)

أهمية الدراسة :

تعد عملية الاستذكار ومهاراته من عمليات التعلم الهامة التي لا غنى للطالب عنها في أي مجال من مجالات العلوم المختلفة ، فهي عملية ملازمة للطالب يكتسب من خلالها أنماطاً سلوكية خاصة تؤدي إلى تعدد أساليب الاستذكار ومهاراته بحسب مواقف التعلم ، غير أن تعدد هذه الأساليب والمهارات أو العادات التي اكتسبها الطالب ، لا يعني بالضرورة أنها سليمة بل قد نجد بعضا منها خاطئة ، وقد يترتب عليها الشعور بالملل ، وكره الاستذكار ، وضعف التحصيل الدراسي ، وانخفاض مستوى دافعية التحصيل ، فأساليب الاستذكار السليمة هي تلك التي تشجع المداومة على الاستذكار ، والفشل في الاستذكار يدفع الطالب إلى الهروب منها وانخفاض مستوى التحصيل ، كما أن أساليب ومهارات الاستذكار السليمة لا تعود بالنفع على الطلبة فحسب ، بل على المجتمع وعلى الأجيال القادمة. (سليمان ، ١٩٨٩ : ٢٥)

وتشير بعض الدراسات إلى أن الجامعات في كثير من الدول العربية ليس لها دور في تدريب الطلبة على اتباع نوعية معينة من السلوك الدراسي والمهارات أو الأساليب والعادات الدراسية المرغوبة ، ولذلك نجد أن الطالب الجامعي في المستويات العليا لا يختلف كثيراً عن زملائه في المستويات الدنيا أو عن الطالب في المراحل السابقة ، وهذا يعني أن التدرج في المستوى الأكاديمي للطالب الجامعي ليس من شأنه أن يؤدي بالضرورة إلى زيادة ملحوظة في النشاط المتعلق بالأساليب والمهارات والعادات الدراسية ، وهذا يرجع إلى أن العادات الدراسية متى ما تأصلت في الطالب يمكن أن تلازمه مدى الدهر إذا لم توجد مراكز إرشادية في الجامعات وغير الجامعات تدرب الطلبة على الأساليب والمهارات العلمية للاستذكار إلى جانب مهام إرشادية أخرى من شأنها مساعدة الطالب على حل مشكلاته . (الصراف ، ١٩٩٢ : ٢٧٥)

المنارة للاستشارات
www.manaraa

ويدعو علماء التربية وعلم النفس في العصر الراهن إلى ضرورة التركيز على أساليب ومهارات الاستذكار التي يتبعها الطلاب أثناء عملية التعلم الذاتي باعتبار أن اتباع الطالب أساليب ومهارات دراسية سليمة سوف يمكنه من استثمار قدراته وإمكاناته إلى أقصى درجة ممكنة ، وسوف يصبح بإمكانه النجاح في المستويات التعليمية المختلفة ، كما سيصبح بمقدوره مواصلة النجاح في مهامه المستقبلية .
(نجاتي ، ١٩٨٥ : ١٩٣)

وتؤكد العديد من الدراسات أن أساليب وعادات الاستذكار ومهاراته لها صلة وثيقة بالتحصيل الدراسي إذ أن الطلاب الذين يحصلون على درجات مرتفعة في مقاييس الاستذكار يتفوقون في تحصيلهم الدراسي ، عن أقرانهم الذين يحصلون على درجات منخفضة ، ولذلك فان العناية بهذه الأساليب والمهارات الدراسية تعد مدخلاً هاماً لتحسين مستوى الإنجاز الأكاديمي للطلبة فهي أبقى على الزمن مما يحفظون من معلومات ومعارف لأنها المد خل إليها والدافع لها . (سليمان ، ١٩٨٩ : ٢٥)

وتذكر بعض الدراسات أن الطالب الذي يسعى للتفوق والارتفاع بمستوى تحصيله الأكاديمي لابد وأن يكون لدية أساليب ومهارات فاعلة في مختلف المواقف التعليمية ، ولذلك لابد له من أن يتمكن من إدارة الوقت ويستثمره إلى أقصى قدر ممكن ، وأن يكون قادراً على التخطيط والتحضير لاستذكار دروسه ، وان يمتلك أساليب ومهارات فاعلة في الاستعداد للاختبار ، وان يعمل على تقوية قدرات ذاكرته بالوسائل المتنوعة التي تساعدها على الاحتفاظ بالمعلومات واسترجاعها ، ويكون لديه قدرة على التلخيص وتدوين الملاحظات الرئيسية والأفكار الهامة في الموقف التعليمي ، ويواظب على القراءة الصحيحة ، ويحل الوجبات التي يكلف بها ويجري البحوث المطلوبة ويستعد للاختبارات ، ويتسم بدافعية مرتفعة نحو التعلم ، ويتحلى باتجاهات إيجابية نحو كافة المهام الدراسية التي تتطلبها الجامعة . (إبراهيم وصالح ، ٢٠٠٥ : ٣٤)

مما تقدم يمكن القول أن أهمية الدراسة الحالية تتمثل بالنقاط الآتية :

أولا : تعتبر دراسة أساليب وعادات الاستذكار ومهاراته مدخلاً مهما لفهم سلوك الطالب الجامعي في مواقف التعلم الجامعي المختلفة باعتبار أن هذا الطالب يقبل على الدراسة الجامعية وهو مزود بحصيلة من الأساليب والمهارات والعادات المتعلقة بالاستذكار التي لازمته طوال دراسته السابقة لدخول الجامعة وارتاح لاستخدامها دون معرفته ما إذا كانت صحيحة أم خاطئة ، وقد يجد صعوبة في التخلي عنها ، ومن ثم فان نتائج الدراسة الحالية ستكشف عن طبيعة أساليب وعادات الاستذكار ومهاراته التي يتبعها طلبة كلية التربية بشبكة جامعة عجمان للعلوم والتكنولوجيا ، كما ستكشف عما إذا كانت الدراسة الجامعية تكسبهم أساليب ومهارات دراسية جديدة وتمكنهم من تعديل أساليبهم وعاداتهم الدراسية القديمة ، باعتبار أن الطلاب الذين لديهم أساليب خاطئة ينبغي أن يكونوا على وعي بها ليلتحقوا بأحد البرامج الإرشادية التي تنوي الكلية إعدادها لمساعدة الطلبة الذين يحتاجون لمثل هذا النوع من المساعدة .

المنارة للاستشارات
www.manaraa

ثانيا : تسعى كلية التربية والعلوم الأساسية بشبكة جامعة عجمان للعلوم والتكنولوجيا إلى التعرف على " أسباب انخفاض مستوى التحصيل لدى طلبة الكلية " وذلك من خلال سلسة أبحاث يقوم بها أعضاء هيئة التدريس بالكلية تحت شعار عام عنوانه " البحث ومسيرة كلية التربية والعلوم الأساسية نحو الإصلاح والتطوير " ولذلك فان هذه الدراسة ستساعدنا على معرفة أساليب ومهارات الاستذكار لدى طلبة الكلية أثناء دراستهم الجامعية ، وستقدم معطيات ميدانية علمية تمكن المهتمين بوضع الخطط والبرامج التعليمية الجامعية أن تراعي احتياجات هؤلاء الطلبة ، وتساعد صناع القرار الأكاديمي التربوي في الجامعة بان يتعرفوا على أحد أسباب انخفاض التحصيل الأكاديمي لدى الطلبة ، كما ستمكنهم من اتخاذ قرارات من شأنها أن تؤدي إلى تحسين مستوى الطلبة الأكاديمي ، وبالتالي تحسين مخرجات المؤسسة التربوية الجامعية .

ثالثا : هناك عدد كبير من الدراسات التي تناولت الأساليب أو العادات أو المهارات أو الاتجاهات الدراسية التي يستخدمها الطلبة أثناء دراستهم غير" أن أغلب هذه الدراسات تتركز في مجال التعليم العام ، دون التعليم الجامعي ، الأمر الذي يترك الساحة خالية من الدراسات المرتبطة بأساليب ومهارات الاستذكار في مجال التعليم الجامعي"(الصراف ، ١٩٩٢ : ٢٥٩) ، كما أن الدراسات التي تناولت الموضوع في التعليم الجامعي قد تباينت في الأدوات والنتائج ، وهناك عدد كبير من هذه الدراسات " اعتمدت على مقاييس معربه ، وهذا بحد ذاته يمثل مشكلة منهجية في القياس ، ذلك أن الأداة التي قد تصلح لعينة ومرحلة دراسية وبيئة ثقافية معينة ، قد لا تصلح لعينات ومراحل وبيئات ثقافية أخرى حتى وان كانت صادقة في قياس بعض الممارسات التي اشتملت عليها هذه الأدوات إلا أنها قد لا تغطي جميع مهارات الدراسة التي يمارسها المتعلمون " (إبراهيم وصالح ، ٢٠٠٥ : ٨) ، بالإضافة إلى أن مثل هذه الدراسات ينبغي أن تتكرر بحكم الموقف التعليمي الذي يتطلبها خصوصا إذا كانت استطلاعية يتم على ضوئها بناء برامج إرشادية لتعديل الأساليب والمهارات أو العادات لدراسية الخاطئة لدى فئة أو مرحلة دراسية بذاتها كما هو الحال في هذه الدراسة .

رابعا : بالرغم من كثرة الدراسات التي تناولت هذا الموضوع على المستوى العالمي إلا أنها تكاد تكون منعدمة في دولة الإمارات العربية المتحدة على مستوى التعليم الجامعي وقبل الجامعي - حسب حدود علم الباحث - كما أنها أول دراسة تتناول هذا الموضوع بشبكة جامعة عجمان للعلوم والتكنولوجيا ، الأمر الذي يعني أن نتائجها سوف تسهم في الكشف عن جانب هام من سلوكيات الطلبة في المواقف الدراسية الجامعية ، كما تظهر أهميتها من الأداة التي تم اشتقاق العديد من عباراتها من استجابات الطلبة الجامعيين أنفسهم عبر الأسئلة المفتوحة ، عوضا عن أنها ستكون نواه لبرنامج إرشادي لمساعدة هؤلاء الطلبة على اتباع أساليب ومهارات الاستذكار السليمة .

هدف الدراسة : تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على أساليب وعادات الاستذكار ومهاراته التي

المنارة للاستشارات
www.manaraa

يستخدمها طلبة كلية التربية والعلوم الأساسية بشبكة جامعة عجمان للعلوم والتكنولوجيا ، وكذلك التعرف على الفروق بينهم بحسب الجنس (طلاب - طالبات) والتخصص (عربي إسلامي – انجليزي – رياضيات) ، والمستوى الأكاديمي (الأول – الرابع) .

حدود الدراسة : تتحدد الدراسة الحالية بالعينة المكونة من (١١٣) طالباً وطالبة من المستوى الأول والرابع بكلية التربية والعلوم الأساسية بشبكة جامعة عجمان للعلوم والتكنولوجيا المسجلين في العام الدراسي ٢٠٠٧ / ٢٠٠٨م ، كما تتحدد بالأداة التي تستخدم في هذه الدراسة ، والإطار النظري ، والتعريفات الإجرائية ، والأساليب الإحصائية المستخدمة فيها .

مصطلحات الدراسة : تشتمل هذه الدراسة على المصطلحات الآتية :

المذاكرة والاستذكار: Studying

استخدم بعض الباحثين مصطلح المذاكرة بينما استخدم آخرون مصطلح الاستذكار قاصدين بهما العملية التي من خلالها يتم استيعاب محتوى الموضوعات التي يدرسها الطلاب ذاتيا لاسترجاعها أثناء الاختبارات أو عند الحاجة إليها ، وبالرجوع إلى معاجم اللغة العربية وجدنا فرقاً بين المصطلحين حيث ورد في لسان العرب (ابن منظور ، م١ ، بدون : ١٠٧١) اشتقاقات المصطلح من الفعل" ذكر " والذكر : الحفظ للشيء تذكره ، والذكر أيضا : الشيء يجري على اللسان . . . ، وفي قوله تعالى : " وذكر فإن الذكرى تنفع المؤمنين " . والذكر والذكرى ، بالكسر نقيض النسيان . . . واستذكر الرجل : ربط في إصبعه خيطا ليذكر به حاجته . والتذكرة : ما تستذكر به الحاجة . واستذكر الشيء : درسه للذكر . والاستذكار : الدراسة للحفظ .

ولم يختلف (المعجم الوسيط ، ج١ ، ١٩٧٣ : ٣١٣) كثيرا عن لسان العرب حيث وجدنا للمصطلح اشتقاقات مشابهة فقصد بالفعل " ذكر " الشيء – ذكرا ، وذكرا ، وذكرى ، وتذكارا : حفظه . واستحضره .وجرى على لسانه بعد نسيانه . . . (استذكر) فلانا : ربط في إصبعه خيطا ليذكر حاجته ، والشيء : ذكره . والكتاب : درسه للحفظ . و(الذاكرة) : قدرة النفس على الاحتفاظ بالتجارب السابقة واستعادتها .

ونفس الشيء ورد عند (مسعود ، ج١ ، ١٩٨٦ : ١٠٦ ، ٦٩٦ - ٦٩٧) اشتقاقات المصطلح " ذكر يذكر : ذكرا وتذكارا وذكراً وذكرى . الشيء : حفظه في ذهنه .... وفطن له بعد نسيانه ... . واستذكر استذكارا: ذكر - الشيء : تذكره .. . وربط في أصبعه خيطا ليذكر حاجته ، والكتاب : درسه للحفظ .

غير أن (المنجد في اللغة والإعلام ، ط٤٤ ، ١٩٨٦ : ٢٣٦) قد أضاف اشتقاقات أخرى فأورد مصطلح " ذاكر مذاكرة في أمر : خاض معه في حديثه . اذكره .الشيء : جعله يذكره . تذكرة الشيء بمعنى ذكره . تذكروا الشيء : ذكروه ، وفي الأمر تفاوضوا . اذكر ادكر وأذد كر الشيء : بمعنى ذكر . ❖استذكر الشيء: بمعنى ذكر درسه وحفظه ، والرجل ربط في إصبعه خيطا ليذكر به حاجته .

المنارة للاستشارات
www.manaraa

مما تقدم نستطيع القول أن مصطلح المذاكرة يقصد به المناقشة والمجادلة في أمر معين يخص طرفي الحديث بقصد الوصول إلى نتيجة وقد لا يوصل إلى ذلك ، بل وقد يكون تبادل حديث عادي ، وهو بعيد عما يتم تداوله بين الطلبة والمربين ، بينما مصطلح الاستذكار يقصد به استيعاب محتوى موضوع ما وتخزينه في الذاكرة لاسترجاعه أو استخدامه في مواقف متعددة عند الحاجة لها .

أساليب الاستذكار : Studying Styles

مصطلح أسلوب في اللغة العربية يقصد به الطريق والوجهة والمذهب وجمعه أساليب (ابن منظور ،م٢ ، بدون : ١٧٨) ، والأسلوب الفن من القول أو العمل (المنجد في اللغة والإعلام ، ط٤٤ ، ١٩٨٦ : ٣٤٣) ، ويقابله مصطلح Style في اللغة الانجليزية ، ويقصد بها الطريقة المميزة التي تلازم الفرد ، ويستخدمها لمساعدة ذاته في تعلم المواد الدراسية .

ويعرف (بترو فسكي وآخرون ، ١٩٩٦ : ١٩٠) أساليب الاستذكار بأنها الطرق التي تساعد الطالب على نقل وتنظيم وحفظ المعلومات في الذاكرة طويلة المدى ، والقدرة على استرجاعها وتعمل على زيادة مدى الذاكرة من خلال إقامة علاقات بين الموضوعات التي يتم مذاكرتها ، وبينها وبين الخبرات السابقة وتوزيعها في مساحة مألوفة في الذاكرة وتقسيمها وفقاً لمبدأ محدد هو طريقة تقوية الذاكرة .

أما (الصراف ، ١٩٩٢ : ٦٧) فقد عرفها بأنها " الطرق المتبعة في كيفية الاستعداد للاختبار من حيث تكريس وقت للمذاكرة والتركيز على دراسة المعلومات الهامة وإعادة قراءة بعض نقاط المحاضرة والاستعانة بالكتاب المقرر أو كراسة المحاضرات لفهم المادة العلمية واستخدام وسائل خاصة تعينه وتساعده على حفظ واسترجاع المعلومات المطلوبة " .

ويعرف الباحث أساليب الاستذكار بأنها التزام الطالب أثناء الاستذكار بطرق التعلم العلمية القائمة على التنظيم والفهم والتكرار والتسميع الذاتي والمناقشة والاستيعاب والمراجعة والربط بين أجزاء المادة والخبرات السابقة ، وغيرها من الطرق التي تؤدي إلى تنمية قدرة الطالب على تخزين المعلومات في الذاكرة طويلة المدى بطريقة يسهل عليه استرجاعها أثناء الاحتياج إليها .

التعريف الإجرائي :

يعرف الباحث أساليب الاستذكار إجرائيا بأنها الدرجة التي يحصل عليها الطالب / الطالبة في استبيان أساليب وعادات الاستذكار ومهاراته المستخدمة في هذه الدراسة . (إعداد الباحث)

المهارة والعادة : Skills & Habits

كما اختلف الباحثون العرب في استخدام مصطلح (المذاكرة والاستذكار) نجدهم أيضا يختلفون في استخدام مصطلح (المهارة والعادة) حينما تقترن مع عملية الاستذكار فمنهم من يستخدم مصطلح عادات الاستذكار ومنهم من يستخدم مصطلح مهارات الاستذكار ، وهذا الاختلاف قادنا أيضا للرجوع إلى المعاجم العربية وموسوعات وكتب علم النفس لمعرفة الفرق بين المصطلحين لنستخدم المصطلح الدقيق .

المنارة للاستشارات
www.manaraa

فالعادة هي نمط من السلوك أو التصرف يعتاد حتى يفعل تكرارا من غير جهد أو حالة تتكرر على نمط واحد (مسعود ، ج٢، ١٩٨٦ : ٩٩١) أما مصطلح المهارة فيقصد بها الحذق ، والبراعة . (نفس المرجع : ١٤٥٠)

وفي لسان العرب (ابن منظور ، م٢ ، بدون : ٩٢٠ – ٩٢١) جاء مصطلح ❖ العادة : جمعها عاد وعادات وعيد .. وتعود الشيء وعاده .. واستعاده وأعاده أي صار عادة له .... ، والمعاودة الرجوع إلى الأمر الأول ، والاعتياد في معنى التعود ، وهو من العادة . يقال عودته فاعتاد وتعود .

أما مصطلح ❖ المهارة : فقصد بها الحذق في الشيء . والماهر : الحاذق بكل عمل ، وأكثر ما يوصف به السابح المجيد ، والجمع مهرة . . . . ويقال : مهرت بهذا الأمر أمهر به مهارة أي صرت به حاذقا .....

وقالوا : لم تفعل به المهرة ولم تعطه المهرة ، وذلك إذا عالجت شيئا فلم ترفق به ولم تحسن عمله . . . والماهر : الحاذق بالقراءة . (ابن منظور ، بدون ، م٣ : ٥٤١)

أ ما (المنجد في اللغة والإعلام ، ط٤٤ ، ١٩٨٦ : ٥٣٦) فاعتبر مصطلح ❖ العادة : جمع عادات وعاد وعيد وعوائد : ما يعتاده الإنسان أي يعود إليه مرارا متكررة . تعود تعودا الشيء : جعله عادة لنفسه.

أما مصطلح ❖ المهارة : مهر مهرا ومهورا ومهاراً ومهارة الشيء وفيه وبه : حذق ، فهو ماهر يقال مهر في العلم أي كان حاذقا عالما به . وفي صناعته أتقنها معرفة . (ص٧٧٧)

وجاء في (المعجم الوسيط ، ج٢ ، ١٩٧٣ : ٦٣٥ ، ٨٨٩) مصطلح ❖ العادة : كل ما أعتيد حتى صار يفعل من غير جهد . والحالة تتكرر على نهج واحد .

أما مصطلح ❖ المهارة : (مهر) الشيء : وفيه وبه . مهارة : أحكمه وصار به حاذقا . فهو ماهر ، ويقال مهر في العلم وفي الصناعة وغيرها .

ويعرف (صالح ، ١٩٨٣ : ٦٦) العادة بأنها نمط من السلوك المكتسب الذي تعلمه الفرد أثناء حياته وفقا للظروف المختلفة التي عاش فيها ، وتؤدي غرضاً حيوياً هاماً في حياته ، وتساعده على التوافق وإجراء أكثر ما يمكن من الأفعال بطريقة آلية .

وعرفت (سليمان ، ١٩٨٩ : ٢٧) العادة بأنها شكل من أشكال النشاط كان في بادئ الأمر خاضعا للإرادة ولكنه أصبح أليا بالتكرار ، ومن المحتمل أن تظل مستمرة بعد اختفاء الهدف الأصلي ، وهي نوع من السلوك المكتسب يتكرر في المواقف المشابهة .

وعرف (الحفني ١٩٧٥ : ٣٤٣) العادة بأنها " استجابة تلقائية لمواقف معينة مكتسبة نتيجة التكرار والتعلم " .

أما (الصراف ، ١٩٩٢ : ٢٦٤) فقد عرف عادات الاستذكار بأنها " الممارسات السلوكية التي

المنارة للاستشارات
www.manaraa

يستخدمها الطلبة والمتمثلة في الطرق والأساليب والاستراتيجيات المختلفة التي يستخدمونها في مذاكرتهم اليومية أو مذاكرتهم للامتحان "

أما المهارة فقد عرفها (رزق ، ٢٠٠٤ ، ص ٤) " بأنها مجموعة الأنماط السلوكية المتعلمة من الآخرين إما عن طريق التقليد أو الاسترشاد أو المحاولة والخطأ ، أو من مصادر التعلم التي يستخدمها المتعلم في الإنجاز الأكاديمي للمواد الدراسية المختلفة وفي مراحله العمرية المختلفة ، وتتباين بتباين مواقف التعلم وتختلف باختلاف التخصصات الدراسية ، وتتطور بتتابع المراحل العمرية للمتعلم "

ويعرف (إبراهيم وصالح ، ٢٠٠٥ : ١٣) مهارات الدراسة باعتباره " تكرار لأنماط سلوكية حركية وعقلية بصورة دقيقة ومنظمة ، وموجهة نحو تحقيق الأهداف الدراسية المرجوة " .

ومما سبق يعرف الباحث عادات الاستذكار بأنها مختلف الأنشطة والأساليب والمهارات والحيل التي يقوم بها الطالب تلقائيا وبصورة متكررة وتم اكتسابها في مواقف سابقة مشابهة بهدف فهم واستيعاب وحفظ واسترجاع المقررات الدراسية عندما يطلب منه ذلك بصرف النظر عما إذا كانت الإجراءات التي يقوم بها سليمة أو خاطئة لأنه أعتاد عليها .

كما يعرف الباحث المهارات الدراسية بانها مختلف الوسائل والأنشطة المعبرة عن قدرة الطالب على استيعاب المواد الدراسية التي يقوم باستذكارها ، بدرجة إتقان مقبولة وفق المرحلة التعليمية والعمرية التي وصل إليها وتلقى فيها التدريب الكافي حتى صارت لديه عادة ، كالقدرة على تنظيم الوقت ، والقدرة على الاستماع ، والقدرة على القراءة السليمة والسريعة والهادفة ، والقدرة على كتابة الملخصات ، والقدرة على تركيز الانتباه والربط بين أفكار الدرس ، والقدرة على النقد والتحليل والتفسير.

التعريف الإجرائي :

يعرف الباحث مهارات وعادات الاستذكار إجرائيا بأنها الدرجة التي يحصل عليها الطالب / الطالبة في استبيان أساليب وعادات الاستذكار ومهاراته المستخدمة في هذه الدراسة . (إعداد الباحث)

الدراسات السابقة :

هناك العديد من الدراسات التي تناولت المهارات والعادات والاتجاهات الدراسية في مراحل تعليمية مختلفة على المستويين العربي والعالمي ومن هذه الدراسات ما يأتي :

دراسة (إبراهيم ، وصالح : ٢٠٠٥)

وموضوعها مهارات الدراسة وعلاقتها ببعض المتغيرات الدراسية لدى عينة من طلاب الجامعة ، وهدفها التعرف على أبعاد مهارات الدراسة السائدة وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى عينة من طلاب الجامعة ، وتكونت عينة الدراسة من (٤٥٧) طالباً وطالبة من الفرقتين الأولى والرابعة ومن التخصصات العلمية والأدبية بكلية التربية بأسوان جامعة جنوب الوادي ، واستخدمت الدراسة مقياس مهارات

المنارة للاستشارات
www.manaraa

الدراسة إعداد الباحثين، وتوصلت الدراسة في نتائجهاإلى وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا عند مستوى (0,01) بين درجات أفراد العينة في التحصيل الدراسي ودرجاتهم في جميع أبعاد مقياس مهارات الدراسة المتمثلة بمهارات الموقف التعليمي ، والدافعية الدراسية ، وإدارة الوقت ، والتخطيط للدراسة ، والاختبار ، والاتجاهات نحو الدراسة ، ومعينات الذاكرة ، والتلخيص وتدوين الملاحظات ، والتدريب والمران ، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب الأقسام العلمية ومتوسطات درجات طلاب الأقسام الأدبية في جميع أبعاد مهارات الدراسة . بينما وجدت فروق دالة إحصائيا عند مستوى (0,01) بين متوسطات درجات الطلبة البنين ومتوسط درجات الطالبات في أبعاد مهارات الدراسة الخاصة بالموقف التعليمي ، والاتجاهات نحو الدراسة ، والتلخيص وتدوين الملاحظات لصالح الطالبات ، ولم توجد فروق بينهما في بقية الأبعاد . كما وجدت فروق دالة إحصائيا عند مستوى (0,01) بين متوسطات درجات طلاب الفرقة الأولى ومتوسطات درجات طلاب الفرقة الرابعة في بعدي مهارات الموقف التعليمي ، ومهارات المكتبة لصالح طلاب الفرقة الأولى ، وعند مستوى (0,01) بينما وجدت فروق دالة إحصائيا في أبعاد الدافعية الدراسية ، والاختبار ، والاتجاهات نحو الدراسة ، ومعينات الذاكرة ، والتلخيص وتدوين الملاحظات ، والتدريب والمران ومهارات التخطيط للدراسة لصالح طلاب الفرقة الرابعة ، ولم توجد فروق دالة إحصائيا بينهما في المجموع الكلي لمهارات الدراسة .

دراسة (أديبي : ٢٠٠١)

وموضوعها قدرات التفكير الابتكاري في علاقاتها بعادات الاستذكار وقلق الاختبار لدى طلاب التعليم الثانوي والجامعي ، وتهدف إلى التعرف على العلاقة بين قدرات التفكير الابتكاري وعادات الاستذكار وقلق الاختبار، وتكونت عينة الدراسة من (٢٢٧) طالباً وطالبة من مرحلتي التعليم الثانوي العام والجامعي بدولة البحرين واستخدمت الدراسة مقياس عادات الاستذكار وقائمة قلق الاختبار، واختبار القدرة على التفكير الابتكاري ، ومن بين النتائج التي توصلت إليها الدراسة عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين مرتفعي الابتكاريه ومنخفضي الابتكاريه في عادات الاستذكار واتجاهاته وإن كان هناك ارتفاع في المتوسطات لصالح مرتفعي الابتكارية ، كما جاءت الفروق غير دالة إحصائيا بين طلاب مرحلة التعليم الثانوي والجامعي في عادات الاستذكار واتجاهاته وإن كانت تميل إلى الارتفاع لصالح عينة طلاب مرحلة التعليم الجامعي . وجاءت الفروق دالة إحصائيا بين البنين والبنات عند مستوى (05 , 0) لصالح البنات في عادات الاستذكار واتجاهاته .

دراسة (العبد الله، والخليفي : ٢٠٠١)

وموضوعها أثار كل من الاتجاهات نحو الدراسة ودافعية الإنجاز وعادات الاستذكار على الأداء الأكاديمي لدى عينة من طالبات جامعة قطر ، وهدفها معرفة العلاقة الوظيفة بين الأداء الأكاديمي وكل من

المنارة للاستشارات
www.manaraa

الاتجاهات نحو الدراسة ودافعية الإنجاز وعادات الاستذكار ، وتكونت عينة الدراسة من(٢٤٢) طالبة قطرية منهم (٩٨) طالبة من التخصص العلمي ، و(١٤٤) طالبة من التخصص الأدبي مسجلين بكلية التربية بجامعة قطر ، واستخدمت الدراسة أداتين هما : استخبار الدافع للانجاز للراشدين ومقياس عادات الاستذكار والاتجاهات نحو الدراسة . ومن بين النتائج التي توصلت إليها الدراسة أن الأداء الأكاديمي ارتبط بشكل إيجابي بدافعية الانجاز وعادات الاستذكار والاتجاهات نحو الدراسة وذلك بالنسبة لطالبات التخصص العلمي والأدبي .

كما أن الأداء الأكاديمي ارتبط بشكل إيجابي بمتغير طرق العمل (أحد متغيرات عادات الاستذكار) أكثر من ارتباطه بمتغير دافعية الانجاز ومتغيرات الاتجاهات نحو الدراسة لطالبات التخصصين العلمي والأدبي في الكلية بالإضافة إلى أن الأداء الأكاديمي قد تم التنبؤ به من خلال كل المتغيرات .

دراسة (حمود : ١٩٩٩)

وموضوعها " العادات الدراسية لدى طلبة المرحلة الثانوية ، دراسة ميدانية في مدارس دمشق الرسمية " واستهدفت الكشف عن العادات الدراسية الشائعة لدى طلبة المرحلة الثانوية وبيان الصحيح والخاطئ منها . وتكونت عينة الدراسة من (٣٠٠) طالبٍ وطالبة من طلبة المرحلة الثانوية من مدارس مدينة دمشق الرسمية منهم (١٥٠) طالباً و(١٥٠) طالبةً تم اختيارها بشكل عشوائي من طلبة القسمين العلمي والأدبي ، واستخدم الباحث استخبار(غلبرت) للعادات الدراسية والتي عدلته (لينا عنبر) لتلائم طلبة المرحلة الإعدادية السورية ، وتوصلت النتائج إلى أن ثلثي أفراد العينة يتبعون عادات دراسية صحيحة وأن الثلث الآخر يتبع أفراده عادات دراسية خاطئة . كما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين طلبة الثالث ا لثانوي والثاني الثانوي لصالح طلبة الثاني الثانوي ، ولم توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث من طلبة المرحلة الثانوية في العادات الدراسية بوجه عام .كما لم توجد فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث لدى طلبة الفرعين العلمي والأدبي وذلك في عادات القراءة واخذ المذكرات . ولا بين الذكور والإناث في تقنية التركيز ، كما أن الفروق دلالة إحصائية بين طلبة الفرع العلمي وطلبة الفرع الأدبي لصالح العلمي في تقنية التركيز . ولم توجد فروق دالة إحصائيا بين طلبة الفرعين العلمي والأدبي وكذلك بين الذكور والإناث فيما يتصل بتقنية توزيع الوقت والعلاقات الاجتماعية . ولا في تقنية العادات العامة والمواقف من العمل ، ولم توجد فروق بين طلبة العلمي والأدبي في التقنية ذاتها .

دراسة (الورافي : ١٩٩٦)

وموضوعها تقويم العادات الدراسية لدى طلبة الجامعة المستنصرية وعلاقتها ببعض المتغيرات ، وكان هدفها تقويم العادات الدراسية لدى طلبة الجامعة المستنصرية من خلال التعرف على العادات الدراسية الايجابية والسلبية ، وتكونت عينة البحث من (٢٦٩) طالباً وطالبة من التخصصات العلمية والإنسانية

المنارة للاستشارات
www.manaraa

واستخدم مقياس الاستذكار من إعداده وتوصلت النتائج إلى أن أداء الطلبة متجانس ومتقارب في جميع المجالات وكان أفضل أداء في مجالات الانتباه في الدرس وتدوين الملاحظات وتنظيم وقت ومكان المذاكرة وأسلوب المذاكرة ، وكانت نسبة الممارسات الدراسية عالية حيث بلغت ٧٣٪ من مجموع الأنماط السلوكية . كما أن هناك نسبة واضحة للعادات الدراسية السلبية بلغت٣٣٪ . ووجدت فروق دالة إحصائيا بلغت ٠,٠٥ لصالح الطالبات فالطالبات لديهن عادات دراسية أفضل من الطلاب ولم توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة التخصص العلمي وطلبة التخصص الإنساني . ووجدت فروق بين متوسط درجات طلبة الصف الأول ومتوسط درجات طلبة الصف الرابع لصالح طلبة الصف الأول .

دراسة (الجمل : ١٩٩١)

وموضوعها العادات الدراسة واتجاهاتها لدى الطلاب والطالبات في مرحلة البكالوريوس والدبلوم في كلية التربية من الجامعة الأردنية ، وهدفها التعرف على عادات الدراسة والاتجاهات نحوها لدى طلاب وطالبات مرحلة البكالوريوس والدبلوم في كلية التربية بالجامعة الأردنية ، وتكونت عينة الدراسة من(٢٢٠) طالباً وطالبة من طلبة البكالوريوس والدبلوم . وقد استخدمت الباحثة مقياس (سامس) المكون من ستة أبعاد هي :

(الاهتمام العلمي ، الالتزام الأكاديمي ، طرق الدراسة ، قلق الدراسة ، التحايل / التلاعب ، التباعد عن السلطة / الاغتراب) . وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن النسب المئوية التي حصل عليها الطلبة كانت عالية إلى حد ما (لبعد الاهتمام العلمي ، الالتزام الأكاديمي ، وطرق الدراسة) حيث تقع أعلى من المتوسط بقليل مما يشير إلى أن هؤلاء الطلاب عامة متوسطو الاهتمام بالأمور الأكاديمية ولا يجدون متعة عند القيام بواجباتهم الدراسية ، بينما كانت النسب المئوية لبعد قلق الدراسة والتحايل /التلاعب والاغتراب عن السلطة عالية تبين وضعا سلبيا.

دراسة (سليمان: ١٩٨٩)

وموضوعها ، دراسة لتنمية عادات الاستذكار ومهاراته لدى تلاميذ المدرسة الابتدائية ، وهدفها تنمية عادات الاستذكار ومهاراته السليمة وتعديل العادات غير السليمة لدى بعض تلاميذ الصف السادس بالمدرسة الابتدائية ، وتكونت عينة الدراسة من (٢٦) تلميذاً من تلاميذ الصف السادس الابتدائي بإحدى مدارس محافظة القاهرة بمصر وتم تقسيمها إلى مجموعتين : تجريبية وعدد أفرادها (١٧) ، وضابطة وعدد أفرادها (٩) تلاميذ ، واستخدمت اختبار عادات الاستذكار ، وبرنامجاً إرشادياً لتنمية عادات الاستذكار ومهاراته ، لتلاميذ مرحلة التعليم الأساسي ، وتوصلت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين درجات أفراد المجموعة التجريبية على اختبار عادات الاستذكار ومهاراته قبل تطبيق البرنامج وبعد تطبيقه ، مما يعني أن البرنامج قد حسن ونمى عادات الاستذكار ومهاراته السليمة وارتفعت درجات أفراد العينة على المقياس

المنارة للاستشارات
www.manaraa

بعد تطبيق البرنامج . ولم توجد فروق ترتقي لمستوى الدلالة بين درجات أفراد المجموعة الضابطة في التطبيق الأول والثاني حيث أن هذه المجموعة لم تتعرض للبرنامج ، وبناء على ذلك يمكن إرجاع التحسن الذي طرأ على المجموعة التجريبية إلى فاعلية البرنامج وتأثيره . كما لم توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الإناث والذكور من المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج فكل من الجنسين استفاد من البرنامج . وظهر تحسن ملحوظ في مستوى التحصيل الدراسي لدى المجموعة التجريبية أفضل من المجموعات الضابطة نتيجة تطبيق البرنامج الإرشادي ، وهذا بدوره يؤكد أهمية اتباع عادات الاستذكار السليمة في رفع مستوى التحصيل .

دراسة (القاضي : ١٩٨٧)

وموضوعها " العوامل المؤثرة في المعدل التراكمي كما يراها الطلاب الجامعيون"

وهدفها التعرف على بعض العناصر المنهجية واللامنهجيه التي يعتقد الطلاب أنها تؤثر في الحصول على المعدلات المطلوبة في المواد التي يدرسونها ، تكونت عينتها من (٦٢٤) طالباً . ، وكانت أدوات الدراسة عبارة عن استبيان يحتوي على (٥٤) سؤالا مع عدد الإجابات بعد كل سؤال يختار الطالب واحد ًامنها . وتوصلت النتائج إلى أن الطلاب الذين تقل معدلاتهم التراكمية يعتقدون أن للسكن تأثير على المعدلات التراكمية ، بينما الطلاب الذين ترتفع معدلاتهم التراكمية لا يرون أن للسكن أي تأثير ا، كما اتضح أن سكن الطالب مع شخص أو أكثر يؤثر إيجابياً في التحصيل ، وليس هناك تأثير كبير لكون الطالب قريباً من أسرته أو بعيداً عنها على معدله التراكمي . كما لم تدل النتائج على وجود علاقة واضحة بين المعدل التراكمي والمذاكرة في المكتبة . واتضح أن ثقة الطالب في التوجيه والإرشاد الذي يتلقاه تتحكم في انطباعه عن هذا النشاط الذي تؤديه الجامعة .

دراسة (عيسوي : ١٩٨٥)

وموضوعها " أساليب التحصيل الأكاديمي الجيد " وهدفها التعرف على ظروف التحصيل الأكاديمي لطلبة الجامعة وظروف الاختبارات ، واهتمام الطلبة بالدراسة ، ومدى اتباعهم أساليب التحصيل الجيد ، وتكونت عينة الدراسة من (٢٤٤) طالباً وطالبةً من طلاب جامعة بيروت العربية ممن تتراوح أعمارهم بين (١٨ – ٣٥) عاما شملت طلبة البكالوريوس والدراسات العليا ، وكانت أدوات الدراسة عبارة عن استخبار أعده الباحث لهذا الغرض . وتكليف أفراد العينة بكتابة تقريرعن مشاعرهم وارائهم الخاصة بموضوع البحث .

و توصلت نتائج الدراسة إلى إن الذكور أكثر تفوقاً عن الإناث بالتحصيل الدراسي ، وأكثر اتباعاً لطرق التحصيل الجيد ، حيث وجد أن الإناث أقدر على الحفظ أكثر من الأساليب الأخرى ، كما أن صغار السن من الذكور أكثر أتباعاً لأساليب التحصيل الجيد من كبارهم ، أما الإناث فقد كان على العكس من الذكور ، وتبين أن الطلبة لا يستفيدون من مدة بقائهم في الجامعة في تغيير أسلوب التحصيل ، وأنه كلما زاد

المنارة للاستشارات
www.manaraa

اتباع الطلبة لأسلوب التحصيل الجيد كلما ارتفع التقدير العلمي في امتحانات نهاية العام الدراسي ، كما أن اتباع الأسلوب الجيد يساعده على الشعور بالرضا عن التقدير العلمي الذي يحصل عليه أخرالعام ، وإن الشعور بالقلق من الاختبار يتأثر به كبار السن وصغارهم ، حيث وجدت علاقة ارتباط بين أسلوب الاستذكار والشعور بالقلق من الاختبارات ، فكلما اتبع الطلبة أسلوباً جيداً في التحصيل كلما قل شعورهم بالقلق إزاء الاختبار، ووجدت الدراسة أن الإناث أكثر ميلاً إلى القلق من الذكور .

دراسة (جابر ، وعبد الحميد : ١٩٨٤)

وموضوعها : العلاقة بين الأساليب المعرفية وكل من النمط المعرفي المفضل والعادات الدراسية والاتجاهات نحو الدراسة والتحصيل لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بدولة قطر ، وهدفها التعرف على الأنماط المعرفية ، وعادات الاستذكار لدى طلبة الثاني الثانوي العلمي بدولة قطر واتجاهاتهم نحو الدراسة باختلاف الجنس ، وعلاقة ذلك بالنمط المعرفي ، المفضل لديهم ، واشتملت عينة الدراسة على (٦٩ طالبة، ٨٥ طالباً من طلبة الصف الثاني الثانوي القسم العلمي من الذكور والإناث تم اختيارهم بشكل عشوائي من مدارس دولة قطر، أما الأدوات التي استخدمتها الدراسة فكانت (اختبار التفضيل المعرفي إعداد هيث Heath " ١٩٦٤ " ومقياس عادات الاستذكار والاتجاهات نحو الدراسة .

وتوصلت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلاله (٠,٠٥) في متوسط درجات بعدي عادات الاستذكار والاتجاهات نحو الدراسة بين مجموعة الذكور والإناث من ذوي الأسلوب المعرفي الواحد ، وكذلك بين الأسلوب المعرفي المستقل وغير المستقل من نفس الجنس رغم وجود فروق في متوسط الدرجات بين المجموعات المختلفة . وليس للتقدير الذي يحصل عليه الطالب في بعدي عادات الاستذكار والاتجاهات نحو الدراسة (مرتفع / منخفض) أثر دال عند مستوى دلاله (٠,٠٥) على تفضيله لنمط معرفي معين عند تقبله للمعلومات الفيزيائية. وأن هناك فروق ذات دلاله إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين أفراد العينة الحاصلين على تقدير عالي في بعد عادات الاستذكار بين مجموعة الذكور والإناث . وهذه الفروق دالة لصالح ، الإناث في حالة نمط المبادئ ، ودالة لصالح الذكور في حالة نمط التطبيقات .

دراسة (كولر وهو لهان : ١٩٨٠ Ralph E.culler&charles j.holhan)

وموضوعها قلق الاختبار والأداء الأكاديمي وآثار السلوكيات المتعلقة بالمذاكرة ، وهدفها معرفة الفروق بين طلاب الجامعة ذوي قلق الاختبار المرتفع ، والمنخفض ، والأداء الأكاديمي ، وآثار السلوكيات المتعلقة بالمذاكرة ، واشتملت العينة على (٩٦) طالبا من طلاب السنة الأولى بقسم علم النفس منهم (٦٥) طالباً من ذوى قلق الاختبار المرتفع ، و(٣١) طالباً من ذوي قلق الاختبار المنخفض وقد تم اختيار العينة عشوائيا من بين طلبة الجامعة .

واشتملت أدوات الدراسة على مقياس قلق الامتحان لسارا سون ، ومقياس دراسة العادات

المنارة للاستشارات
www.manaraa

والاتجاهات الدراسية لهولتزمان الذي اشتمل على (ساعات الدراسة - عادات المذاكرة - المحاضرات التي لم يحضرها الطلاب - الامتحان النهائي - المذاكرة السريعة قبل الامتحان)

ومن بين النتائج التي توصلت إليها الدراسة أن الطلاب ذوى قلق الاختبار المرتفع يقضون ساعات للمذاكرة أكثر من الطلاب ذوى قلق الامتحان المنخفض كما مارس الطلاب ذووا قلق الاختبار المرتفع عادات دراسية أفضل من الطلبة ذوى قلق الاختبار المنخفض ، أما المذاكرة السريعة قبل الامتحان فقد كانت سالبة لكلتا المجموعتين حيث لم توجد فروق ذات دلالة إحصائية هامة ، كما ارتبط العدد الكلي لغياب المحاضرات سلبا بالتحصيل الدراسي لكل من الطلاب ذوى قلق الاختبار المرتفع والمنخفض ، بالإضافة إلى أنة وجد ارتباط سالب لدى الطلاب ذوى قلق الاختبار المرتفع وبين تحصيلهم الدراسي في نهاية العام الدراسي .

فروض الدراسة :

الفرض الأول : لا يستخدم طلبة كلية التربية والعلوم الأساسية بشبكة جامعة عجمان للعلوم والتكنولوجيا أساليب وعادت الاستذكار ومهاراته العلمية .

ويتفرع من هذا الفرض الفروض الستة الآتية :

١- لا ينظم طلبة كلية التربية والعلوم الأساسية بشبكة جامعة عجمان للعلوم والتكنولوجيا أوقاتهم ولا يتهيئون للاستذكار منذ بداية الفصل الدراسي .

٢- لا يجيد طلبة كلية التربية والعلوم الأساسية بشبكة جامعة عجمان للعلوم والتكنولوجيا مهارات القراءة التي تمكنهم من فهم أفكار الدرس ولا يسجلون ملخصات .

٣- لا يستطيع طلبة كلية التربية والعلوم الأساسية بشبكة جامعة عجمان للعلوم والتكنولوجيا التغلب على مشتتات الانتباه أثناء الاستذكار .

٤- لا يستخدم طلبة كلية التربية والعلوم الأساسية بشبكة جامعة عجمان للعلوم والتكنولوجيا الأساليب العلمية للاستذكار .

٥- لا توجد لدى طلبة كلية التربية والعلوم الأساسية بشبكة جامعة عجمان للعلوم والتكنولوجيا دافعية للاستذكار ، والبحث عن مصادر المعلومات .

٦- لا يشعر طلبة كلية التربية والعلوم الأساسية بشبكة جامعة عجمان للعلوم والتكنولوجيا بالقلق الدراسي .

الفرض الثاني : توجد فروق دالة إحصائيا في أساليب وعادات الاستذكار ومهاراته بين طلاب وطالبات في كلية التربية والعلوم الأساسية بشبكة جامعة عجمان للعلوم والتكنولوجيا لصالح الطالبات.

الفرض الثالث : توجد فروق دالة إحصائيا في أساليب وعادات الاستذكار ومهارته بين طلبة كلية

المنارة للاستشارات
www.manaraa

التربية والعلوم الأساسية بشبكة جامعة عجمان للعلوم والتكنولوجيا في المستوى الأول والمستوى الرابع لصالح المستوى الرابع .

الفرض الرابع : لا توجد فروق دالة إحصائيا في أساليب وعادات الاستذكار ومهارته بين طلبة كلية التربية والعلوم الأساسية بشبكة جامعة عجمان للعلوم والتكنولوجيا بحسب التخصص .

إجراءات الدراسة :

تشتمل إجراءات الدراسة على العينة ، والأدوات وخطواتها الإجرائية ، والأساليب الإحصائية وصولا للنتائج وتفسيرها ، وتوضيح ذلك فيما يأتي :

عينة الدراسة :

تكونت عينة الدراسة الحالية من (١١٣) طالباً وطالبة من طلبة المستوى الأول والرابع بكلية التربية والعلوم الأساسية بشبكة جامعة عجمان للعلوم والتكنولوجيا المسجلين في العام الدراسي ٢٠٠٧م/٢٠٠٨م ، منهم (٢٧) طالباً وطالبة تخصص لغة انجليزية ، (٤٩) طالباً وطالبة تخصص لغة عربية ، (٣٧) طالباً وطالبة تخصص رياضيات ، وقد قام الباحث باختيار عينة الدراسة بطريقة عشوائية من بين (١١٤٧) طالب وطالبة وهم مجموع الطلبة المسجلين بالكلية حتى نهاية الفصل الأول من العام الدراسي ٢٠٠٧ / ٢٠٠٨ م ، منهم (٢٧٨) طالباً وطالبة لغة انجليزية ، (٤٩٥) طالباً وطالبة لغة عربية ودراسات إسلامية ، (٣٧٤) طالباً وطالبة علوم ورياضيات .

أدوات الدراسة :

تشتمل الدراسة الحالية على استبيان أساليب وعادات الاستذكار ومهاراته " إعداد الباحث " ولبناء هذه الأداة اتبع الباحث الخطوات الآتية .

❖ الخطوات الإجرائية لبناء الأداة :

بعد اطلاع الباحث على التراث النظري ، والدراسات السابقة ، وجد أن الأدوات التي استخدمها الباحثين من قبل لا تلبي احتياج الدراسة الحالية الأمر الذي جعله يقوم ببناء استبيان يمكنه من التعرف على مختلف أساليب وعادات الاستذكار التي يستخدمها طلبة كلية التربية والعلوم الأساسية بشبكة جامعة عجمان ، ولإنجاز ذلك قام الباحث بالخطوات الإجرائية الآتية :

١ - تطبيق استفتاء مفتوح[١] :

قام الباحث باستطلاع أراء بعض الطلبة والطالبات من تخصصات كلية التربية والعلوم الأساسية

(١) تم تطبيق الاستفتاء المفتوح على (١٠٠) طالب وطالبة من طلبة كلية التربية الذين يدرسون مساق علم النفس العام ، وعلم النفس التربوي في الفصل الأول من العام الدراسي ٢٠٠٧ / ٢٠٠٨م باعتبار أن هذين المساقين من المتطلبات الإلزامية عليهم في التخصصات الأربعة بالكلية .

المنارة للاستشارات
www.manaraa

المختلفة في الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي ٢٠٠٧ / ٢٠٠٨ م . وذلك من خلال ثلاثة أسئلة مفتوحة الطرف حول الطريقة التي يتبعونها في المذاكرة منذ أول درس يتلقونه في الفصل الدراسي حتى أدائهم للاختبار النهائي ، والصعوبات التي يجدونها أثناء المذاكرة ، وكيف يتغلبون عليها ، وما هي مشكلات المذاكرة لديهم ، وقد حصل الباحث من هذا الاستفتاء المفتوح على مجموعة من الاستجابات الأولية .

٢- تصنيف استجابات الطلبة :

قام الباحث بتصنيف استجابات الطلبة على الأسئلة التي قدمت لهم ونجم عن ذلك ظهور ستة أبعاد رئيسية يشتمل كل بعد منها على مجموعة عبارات أو فقرات وتعريف هذه الأبعاد فيما يأتي :

البعد الأول : مهارات وعادات تنظيم الوقت وخلق مناخ مناسب للاستذكار :

هي مجموعة من الأنماط السلوكية المتكررة التي يقوم بها الطالب للاستفادة من الوقت إلى أقصى درجة ممكنة ، وخلق أنسب الظروف المساعدة للاستذكار كتنظيم الوقت ، ووضع جدول زمني للاستذكار يلتزم به ويستفيد من أوقات الفراغ ومن العطلات الأسبوعية والموسمية وترتيب المكان والتهيؤ للاستذكار . ويشتمل هذا البعد على (١٢) فقرة .

البعد الثاني : مهارات وعادات القراءة والاستماع وكتابة الملخصات :

يقصد بها مجموعة من الأنماط السلوكية المتكرر التي تمكن الطالب من الاستيعاب والفهم مثل حضور المحاضرات والاستماع والقراءة السليمة وكتابة وتلخيص الأفكار والنقاط الهامة التي تمكنه من تذكر ما استذكره بسهولة ويسر فيما بعد . يشتمل هذا البعد على (١٢) فقرة .

البعد الثالث : مهارات وعادات تركيز الانتباه والتغلب على مشتتاته :

يقصد بهذا البعد تلك المثيرات التي تعيق قدرة الطالب على التركيز الذهني أثناء الاستذكار كالأصوات المزعجة والضوضاء والإحساس بالإرهاق والشعور بالنوم وأحلام اليقظة والتفكير بتراكم الدروس وبالنجاح والفشل . يشتمل هذا البعد على (١٢) فقرة .

البعد الرابع : ألأساليب العلمية للاستذكار:

يقصد بهذا البعد طرق التعلم العلمية التي يلتزم بها الطالب أثناء استذكار دروسه ويكيفها بحسب المادة العلمية ، وتشمل هذه الطرق التنظيم والتكرار والتسميع الذاتي والمناقشة والفهم والاستيعاب والمراجعة والربط بين أجزاء المادة والخبرات السابقة وإدراك العلاقات بين أجزاء الدرس ، وغيرها من الطرق التي تؤدي إلى تنمية قدرة الطالب على تخزين المعلومات في الذاكرة طويلة المدى بطريقة يسهل عليه استرجاعها عند الاحتياج إليها . يشتمل هذا البعد على (١٢) فقرة .

البعد الخامس : الدافع للاستذكار والتغلب على الصعوبات :

المنارة للاستشارات
www.manaraa

يتناول هذا البعد الدافعية باعتبارها طاقة تتولد لدى الطالب وتحفزه على الإصرار وبذل الجهد منذ بداية العام الدراسي وتجعله مستمتعاً بعملية الاستذكار وتمكنه من التغلب على الصعوبات التي قد تعترضه . ويشتمل هذا البعد على (١٢) فقرة

البعد السادس : القلق الدراسي والاستعداد للاختبار :

القلق الدراسي حالة وجدانية موقفية يزول بزوال الموقف وقد يكون دافعاً أو محبطاً ، ولذلك فهو يتناول مستوى القلق والتوتر لدى الطالب أثناء الاستذكار وأثناء الاستعداد للاختبارات ، وما يتبع ذلك من استيعاب أو عدم استيعاب وخوف من الفشل وفقدان المعلومات أثناء الاختبارات .

٣ - صياغة فقرات الاستبيان :

قام الباحث بصياغة أولية لعبارات الاستبيان وتكونت لدى الباحث (٨٣) عبارة موزعة على الأبعاد الستة المذكورة سابقا .

٤- عرض الاستبيان على المحكمين :

تم عرض فقرات الاستبيان بصيغته الأولية على (١٠) محكمين◆ من الأساتذة المختصين بعلم النفس ومناهج البحث وطرائق التدريس بكلية التربية بشبكة جامعة عجمان (مقر عجمان + مقر الفجيرة)، وطلب منهم الباحث إبداء ملاحظاتهم حول وضوح العبارة وسهولة فهمها للطالب ، وانتماء العبارة إلى البعد من عدمه ، ومدى قياسها للظاهرة موضوع الدراسة ، كما طلب منهم تعديل العبارات التي تحتاج إلى تعديل أو تصحيح . وإضافة أو حذف العبارات التي يرون ضرورة إضافتها أو حذفها ، مع إبداء ملاحظاتهم على مفتاح تصحيح الاستبيان الذي اشتمل على خمس استجابات هي : (تنطبق على تماما ويعطي (٥) درجات ، وتنطبق على كثيرا وتعطى (٤) درجات ، تنطبق على إلى حد ما وتعطى (٣) درجات، تنطبق على قليلا وتعطى درجتان ، لا تنطبق على وتعطى درجة واحدة) .

٥- صياغة الاستبيان بشكله النهائي :

قام الباحث بحذف العبارات التي تعددت فيها ملاحظات السادة المحكمين واستبقى المفردات التي اتفق عليها جميع المحكمين . كما أجرى التعديلات الخاصة بالأخطاء المطبعية واللغوية في الفقرات ، وأسفر الاستبيان بشكله النهائي عن (٧٢) فقرة موزعة على الأبعاد الستة بالتساوي ، وذلك كما هو موضح بالجدول رقم (١) .

◆ المحكمون هم : ١- د. شاملة العبيدي ٢- د. إبراهيم الاسطل ٣- أ.د. محمد رضوان الداية ٤- د. أمين عبد الله المخلافي ٥- د. صلاح صالح عبد الحي ٦- د. ياسين ألقطري ٧- د. يوسف شراب- ٨- د .احمد عبد الرحمن شمسان - ٩ - د . احمد بن دانية - ١٠ -- أ.د. عبد التواب عبد الإله .

المنارة للاستشارات
www.manaraa

جدول رقم (١) يوضح توزيع فقرات كل بعد من أبعاد الاستبيان الستة .

أبعاد الاستبيان	أرقام عبارات كل بعد كما وردت في الصورة النهائية للاستبيان	المجموع
البعد الأول : مهارات وعادات تنظيم الوقت وخلق مناخ مناسب للاستذكار.	١-٢-٣-٤-٥-٦-٧-٨-٩-١٠-١١-١٢	١٢
البعد الثاني : مهارات وعادات القراءة والاستماع وكتابة الملخصات.	١٣-١٤-١٥-١٦-١٧-١٨-١٩-٢٠-٢١-٢٢-٢٣-٢٤	١٢
البعد الثالث : مهارات وعادات تركيز الانتباه والتغلب على مشتتاته .	٢٥-٢٦-٢٧-٢٨-٢٩-٣٠-٣١-٣٢-٣٣-٣٤-٣٥-٣٦	١٢
البعد الرابع : ألأساليب العلمية للاستذكار.	٣٧-٣٨-٣٩-٤٠-٤١-٤٢-٤٣-٤٤-٤٥-٤٦-٤٧-٤٨	١٢
البعد الخامس : الدافع للاستذكار والتغلب على الصعوبات.	٤٩-٥٠-٥١-٥٢-٥٣-٥٤-٥٥-٥٦-٥٧-٥٨-٥٩-٦٠	١٢
البعد السادس : القلق الدراسي والاستعداد للاختبار .	٦١-٦٢-٦٣-٦٤-٦٥-٦٦-٦٧-٦٨-٦٩-٧٠-٧١-٧٢	١٢

صدق الاستبيان :

قام الباحث بحساب صدق هذا الاستبيان بعدة طرق هي :

١ – الصدق الظاهري :

عرض الباحث الاستبيان على عشرة من المختصين بعلم النفس والتربية ، وأبدى ٩٠٪ من المحكمين موافقته على وضوح العبارات من حيث الصياغة ، ومن حيث صلتها بأبعاد الاستبيان ، وصلتها بالظاهرة المراد قياسها . وقد ذكرت بعض الملاحظات التي أخذها الباحث في الاعتبار ، كما تم حذف العبارات التي لم يتفق حولها المحكمون وعددها إحدى عشرة عبارة ، وذلك عند الصياغة النهائية للاستبيان ، ومما تقدم فان الاستبيان صادق من وجهة نظر الثقاة في علم النفس والتربية .

٢ - الصدق الذاتي :

حسب صدق الاختبار - مرة ثانية – بطريقة الصدق الذاتي وذلك بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاستبيان ، وبما أن معامل الثبات = 0,857 ، إذن معامل الصدق الذاتي = 0,93 وهذا دليل على أن الاستبيان صادق بدرجة كبيرة .

٣ – صدق الاتساق الداخلي : يرى البعض أن ثمة ملاحظات على النوعين السابقين للصدق ، ولذلك قام الباحث باستخدام نوع ثالث لحساب الصدق هو صدق الاتساق الداخلي حيث تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة من فقرات الاستبيان ، ودرجة الاستبيان الكلية والجدول التالي يوضح ذلك .

جدول رقم (٢) يوضح معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة من فقرات الاستبيان والدرجة الكلية

المنارة للاستشارات
www.manaraa

للاستبيان .

جدول رقم (٢) يوضح معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة

من فقرات الاستبيان بالدرجة الكلية للاستبيان .

ع	ن	ر	ع	ن	ر	ع	ن	ر	ع	ن	ر	ع	ن	ر	ع	ن	ر
١	١١٣	0,855	١٣	١١٣	0,860	٢٥	١١٣	0,853	٣٧	١١٣	0,852	٤٩	١١٣	0,854	٦١	١١٣	0,857
٢	١١٣	0,852	١٤	١١٣	0,863	٢٦	١١٣	0,854	٣٨	١١٣	0,853	٥٠	١١٣	0,850	٦٢	١١٣	0,859
٣	١١٣	0,854	١٥	١١٣	0,859	٢٧	١١٣	0,864	٣٩	١١٣	0,852	٥١	١١٣	0,852	٦٣	١١٣	0,854
٤	١١٣	0,858	١٦	١١٣	0,856	٢٨	١١٣	0,853	٤٠	١١٣	0,855	٥٢	١١٣	0,855	٦٤	١١٣	0,862
٥	١١٣	0,855	١٧	١١٣	0,858	٢٩	١١٣	0,852	٤١	١١٣	0,857	٥٣	١١٣	0,854	٦٥	١١٣	0,858
٦	١١٣	0,855	١٨	١١٣	0,855	٣٠	١١٣	0,851	٤٢	١١٣	0,855	٥٤	١١٣	0,855	٦٦	١١٣	0,855
٧	١١٣	0,856	١٩	١١٣	0,860	٣١	١١٣	0,852	٤٣	١١٣	0,853	٥٥	١١٣	0,853	٦٧	١١٣	0,857
٨	١١٣	0,854	٢٠	١١٣	0,853	٣٢	١١٣	0,852	٤٤	١١٣	0,854	٥٦	١١٣	0,852	٦٨	١١٣	0,857
٩	١١٣	0,856	٢١	١١٣	0,853	٣٣	١١٣	0,854	٤٥	١١٣	0,853	٥٧	١١٣	0,854	٦٩	١١٣	0,857
١٠	١١٣	0,851	٢٢	١١٣	0,853	٣٤	١١٣	0,862	٤٦	١١٣	0,854	٥٨	١١٣	0,851	٧٠	١١٣	0,855
١١	١١٣	0,853	٢٣	١١٣	0,853	٣٥	١١٣	0,853	٤٧	١١٣	0,859	٥٩	١١٣	0,852	٧١	١١٣	0,861
١٢	١١٣	0,858	٢٤	١١٣	0,851	٣٦	١١٣	0,854	٤٨	١١٣	0,855	٦٠	١١٣	0,864	٧٢	١١٣	0,856

ومن خلال هذا الجدول يتضح وجود علاقات ارتباط عالية بين عبارات الاستبيان ودرجته الكلية ، وبذلك يمكن القول أنه يتمتع بمستوى عال من القدرة على الصدق ، حيث وصلت كل معنويات الارتباط بين فقرات الاستبيان معدل (0,85) ، ومن ثم فهو صالح لقياس وتشخيص الظاهرة التي صمم من أجلها.

ثبات الاستبيان :

قام الباحث باستخدام طريقة التجزئة النصفية لحساب ثبات هذا الاستبيان ، وذلك بحساب معامل الارتباط بين نصفي الاستبيان (الفقرات الفردية ، والزوجية) وذلك باستخدام معادلة Spearman - Brawn وكان معامل ارتباط = 0,857 ، وهذا يدل على أن معامل ارتباط الاستبيان عالية . ومن ثم فهو يتمتع بصدق وثبات عاليين .

المعالجات الإحصائية : تمت جميع المعالجات الإحصائية لهذا البحث بالحاسب الآلي بواسطة برنامج Spss 10, for Windows

وهو من البرامج المشهورة والمتبعة للتحليل الإحصائي في العلوم الاجتماعية وغيرها ، حيث استخدم الباحث اختبار " T-test " لمعرفة الفروق بين متوسطات الطلبة في جميع أبعاد الاستبيان ، وفي كل بعد على حده ، بالإضافة إلى استخدام تحليل التباين الأحادي " One –Way ANOVA" لمعرفة الفروق بين درجات الطلبة في الأقسام الثلاثة (عربي إسلامي - انجليزي – رياضيات) .

نتائج الدراسة وتفسيرها :

للإجابة على الفرض الأول " لا يستخدم طلبة كلية التربية والعلوم الأساسية بشبكة جامعة عجمان للعلوم والتكنولوجيا أساليب وعادت الاستذكار " استخدم الباحث اختبار " T-test " لمجموعة واحدة ذات الوسط الفرضي (٢١٦) للاستبيان بشكل عام لكل أفراد العينة ، والجدول رقم (٣) ، يوضح نتائج التحليل الإحصائي .

المنارة للاستشارات
www.manaraa

جدول رقم (٣) يوضح نتائج التحليل الإحصائي بالنسبة للفرض الأول بشكل عام .

العينة	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قمة " t "	مستوى الدلالة	الدلالة عند مستوى 0,05 فاقل
113	230,956	27,8149	112	5,716	0,000	دالة

بالنظر في الجدول رقم (٣) يلاحظ أن متوسط أفراد العينة الذين أجابوا على الاستبيان كانت (230,956) كما بلغت قيمة " t " (5,716) عند مستوى دلالة (0,000) وتدل هذه النتيجة على أن طلبة كلية التربية والعلوم الأساسية بشبكة جامعة عجمان للعلوم والتكنولوجيا يستخدمون بصفة عامة أساليب وعادت الاستذكار ومهاراته ، وهو ما يدحض الفرض الأول بشكل عام . وتتفق هذه النتيجة مع نتائج إبراهيم ، وصالح (٢٠٠٥) ، وجابر ، وعبد الحميد (١٩٨٤) ، والورافي (١٩٩٦) ، ولكنها لا تتفق مع كثير من الدراسات الأخرى ، وربما يرجع السبب في هذه النتيجة إلى أن الطلبة قد اكتسبوا بعض المهارات الصحيحة أثناء دراستهم في المراحل الدراسية السابقة واعتادوا عليها ، وهم الآن يستخدمونها في دراستهم الجامعية ، وقد يكتسب الطلبة عند بداية دراستهم الجامعية بعض الأساليب والمهارات الدراسية من المرشدين الأكاديميين ومن أساتذتهم ، وكذلك عند اختلاطهم بزملائهم الذين سبقوهم في الدراسة ، ولكن رغم دلالة هذه النتيجة نجد عند مقارنة المتوسط الحسابي بالوسط الفرضي للاستبيان أن الفارق يكاد يكون بسيطا ، الأمر الذي يعني أن الطلبة قد لا يجيدون بشكل كامل كل مهارات الاستذكار ، وهذا ما أكدت عليه دراسة حمود (١٩٩٩) التي خلصت إلى أن ثلثي الطلبة يتبعون عادات دراسية صحيحة بينما الثلث الأخر يتبعون عادات دراسية خاطئة ، وربما تعود هذه النتيجة التي توصلت إليها الدراسة الحالية إلى أن الطلبة لم يعيروا اهتماماً كبيراً لقراءة فقرات الاستبيان بسبب كثرة المقاييس والاستبيانات التي تعرض عليهم ولم يجدوا بعد الإجابة عليها البرامج الإرشادية المفيدة لهم ، ولذلك تعاملوا مع فقرته كما لو كان الأمر تأدية واجب فرض عليهم لاسيما أن الاستبيان عرض عليهم أثناء محاضراتهم ، رغم أن الباحث وضح لهم أن نتائج إجاباتهم ستنعكس إيجابا عليهم ، بوضع برنامج إرشادي لتحسين أساليب ومهارات الاستذكار ، ومهما كانت هذه النتيجة العامة لا تتفق مع فرض الباحث إلا أن النتائج الفرعية للفرض الأول تشير إلى أن الطلبة لا يتبعون كافة المهارات الدراسية أثناء استذكار دروسهم ، وهذا يقودنا إلى ملاحظة النتائج الفرعية الخاصة بكل بعد من أبعاد الاستبيان الموضحة في الجدول رقم (٤) .

جدول رقم (٤) يوضح نتائج التحليل الإحصائي لكل بعد من أبعاد الاستبيان .

أبعاد الاستبيان	العينة	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قمة " t "	مستوى الدلالة	الدلالة عند مستوى 0,05 فاقل
تنظيم الوقت	١١٣	37,00	7,53	112	1,424	0,157	غير دالة
القراءة وتسجيل المعلومات	١١٣	36,56	5,31	112	7,140	0,000	داله
مشتتات الانتباه	١١٣	37,28	7,97	112	1,712	0,090	غير داله
الأساليب العلمية	١١٣	42,61	7,88	112	8,918	0,000	داله
دافعية التحصيل	١١٣	37,61	7,27	112	2,367	0,020	داله
القلق الدراسي	١١٣	36,87	5,84	112	1,578	0,117	غير داله

المنارة للاستشارات
www.manaraa

١ : جاء في الفرضية الفرعية رقم "١ " التابعة للفرض الأول والخاصة بالبعد الأول الخاص بتنظيم الوقت .

(لا ينظم طلبة كلية التربية والعلوم الأساسية بشبكة جامعة عجمان للعلوم والتكنولوجيا أوقاتهم ، ولا يتهيئون للاستذكار منذ بداية الفصل الدراسي) .

وقد استخدم الباحث اختبار " T-test " لمجموعة واحدة ذات الوسط الفرضي (٣٦) لكل بعد من أبعاد الاستبيان المستخدم في هذه الدراسة .

ومن خلال ملاحظة الجدول رقم (٤) الخاص بنتائج كل بعد من أبعاد الاستبيان نجد أن نتائج البعد الأول من أبعاد الاستبيان تشير إلى أن متوسط درجات الطلبة بلغت (37,00) وقيمة " t " (1,424) ومستوى الدلالة (0,157) وهي غير دالة ، مما يؤيد فرضية الباحث ، ووفقا لهذه النتيجة فإن الطلبة لا يعيرون الوقت اهتماماً ، فهم لا ينظمون أوقات استذكارهم ولا يتهيئون للمذاكرة منذ بداية الفصل الدراسي . والحقيقة أن الوقت هو العامل الحاسم في حياة الإنسان بل وفي كل الانجازات البشرية ، فالطالب الذي لا يعير الوقت اهتماما كافيا ، ولا يستذكر دروسه أولا بأول منذ بداية الفصل الدراسي حتما ستكون محصلته النهائية وإنجازاته الأكاديمية ، أقل مما هو متوقع منه حتى وإن كان يتمتع بمستوى عال من الذكاء ، وقد يقول البعض من الطلبة أنهم لا يقضون وقتاً طويلاً في الاستذكار ومع ذلك يستوعبون ما يستذكرون ، وهذا صحيح لكنهم بلا شك ينتظمون في محاضراتهم ويسجلون ملاحظاتهم أثناء المحاضرات ويستوعبون ما يقوله أساتذتهم ، بل وينظمون أوقاتهم منذ بداية الفصل الدراسي ، فالعبرة ليست بقضاء الوقت الطويل ولكن في تنظيمه والاستفادة منه ، والحقيقة أن طلبة كلية التربية والعلوم الأساسية بجامعة عجمان وفقا لما توصلت إليه هذه النتيجة ، لا يمتلكون مهارة تنظيم الوقت فهم لا ينظمون ولا يستغلون أوقات فراغهم أثناء الدراسة ولا أثناء العطل الرسمية ولا يتهيئون للاستذكار قبل البدء بها و غالبا ما يبدؤون استذكارهم قبل الامتحانات ، وهذا يتطلب وضع البرامج الإرشادية التي تساعدهم على تنظيم واستغلال أوقاتهم في كل ما يفيدهم .

٢ : نصت الفرضية الفرعية رقم "٢ " التابعة للفرض الأول والخاصة بالبعد الثاني الخاص بمهارة القراءة وتسجيل الملخصات :

(لا يجيد طلبة كلية التربية والعلوم الأساسية بشبكة جامعة عجمان للعلوم والتكنولوجيا مهارة القراءة التي تمكنهم من فهم أفكار الدرس ولا يسجلون ملخصات لها)

وبالنظر في نتائج البعد الثاني من أبعاد الاستبيان الموضحة في الجدول رقم (٤) نجد أن متوسط إجابات الطلبة على فقرات الاستبيان في هذا البعد (36,56) و قيمة " t " (7,140) ومستوى الدلالة (0,000) ، وهو ما يشير إلى عدم تحقق صحة الفرضية الفرعية الثانية ، إذ أن هذه النتيجة توضح أن طلبة كلية التربية والعلوم الأساسية بشبكة جامعة عجمان للعلوم والتكنولوجيا يجيدون مهارات القراءة التي تمكنهم من فهم أفكار الدرس و يسجلون ملخصات لما يقرؤونه ، ويركزون على الجمل أكثر من الكلمات ، ويبدؤون بقراءة الأجزاء السهلة ، ولكن عند مقارنة المتوسط بالوسط الفرضي نجد الفارق ضئيلاً جداً مما يدل على أن الطلبة يحسنون بدرجة بسيطة جداً مهارة القراءة التي تمكنهم من فهم أفكار الدرس ، والواقع أن هذه النتيجة تنسجم مع ما هو مأمول من الطالب الجامعي حيث لا يعقل بعد مروره بثلاث مراحل دراسية سابقة أن يكون غير قادر على القراءة الصحيحة ، ومع ذلك كانت

المنارة للاستشارات
www.manaraa

هذه النتيجة مفاجئة للباحث الذي يلاحظ باستمرار أن الكثير من طلبته في الكلية لا يحسنون القراءة ولا الكتابة بخط واضح وجميل ، ومع ذلك فإن الباحث يعتقد أن من بين الأسباب التي أدت إلى ظهور هذه النتيجة بصورتها الإيجابية هو اعتقاد الطلبة أن إجابتهم على بعض فقرات الاستبيان بسلبية ستجعل أساتذتهم ينظرون إليهم بأنهم لا يستحقون هذا المستوى الدراسي الجامعي ، بتعبير أخر أن الطلبة قد فسروا بعض فقرات هذا البعد بطريقة تجعل غيرهم ينتقص من مستواهم فأجابوا عليها بطريقة مغايرة لما هم عليه في الواقع .

٣ : ونصت الفرضية الفرعية رقم " ٣ " المشتقة من الفرض الأول على أن :

(لا يستطيع طلبة كلية التربية والعلوم الأساسية بشبكة جامعة عجمان للعلوم والتكنولوجيا التغلب على مشتتات الانتباه أثناء الاستذكار)

وقد جاءت نتائج الجدول رقم (٤) لتؤكد صحة الفرضية ، فمتوسط درجات الطلبة في هذا البعد بلغت (37,28) ، وقيمة " T" (1,712) ، ومستوى الدلالة (0,090) ، وهذه الدرجة غير دالة عند مستوى(0,05) ، ومعنى ذلك أن الطلبة فعلاً لا يستطيعون التغلب على مشتتات الانتباه أثناء الاستذكار ، فشرود ذهن الطالب لأي سبب ولفترة طويلة أو لفترات متقطعة ، واستغراقه في أحلام اليقظة ، والضوضاء التي يجدها حوله ، حتما تستغرق وقته ، وتضعف طاقته ، وتشتت جهده فتجعله يعزف عن الاستذكار عندما يقضي الكثير من الوقت ولا ينجز إلا القليل ، بل وتجعله يدخل في صراع نفسي ، وقد تتسبب الضوضاء وعدم الاستفادة من الوقت الذي يقضيه بهدف الاستذكار دون الوصول إلى نتيجة إلى توتره ، وتجعله عصبياً ، وربما عدوانيا على غيره ممن يعتقد أنهم سببوا له المتاعب الأمر الذي يحتم على إدارة الجامعة تقديم حلول سريعة للطلبة وخاصة الذين يقيمون في السكن الجامعي ، ولن تكون هذه الحلول إلا من خلال الاهتمام بالإرشاد النفسي إلى جانب الإرشاد الأكاديمي وإقامة مركز إرشادي داخل الجامعة لإفادة الطلبة ومساعدتهم على التغلب على جميع المشكلات التي قد تعترضهم وتعيق إنجازهم .

٤ : أما الفرضية الفرعية رقم (٤) المنبثقة من الفرض الأول والخاصة بالأساليب العلمية للاستذكار فقد نصت على أن : (لا يستخدم طلبة كلية التربية والعلوم الأساسية بشبكة جامعة عجمان للعلوم والتكنولوجيا الأساليب العلمية للاستذكار)

وبملاحظة نتائج البعد الرابع الخاص بالأساليب العلمية التي يتبعها الطلبة أثناء استذكار دروسهم نجد أن المتوسط درجات الطلبة في هذا البعد بلغت (42,61) وقيمة " T" (8,918) ومستوى الدلالة (0,000)، وتدل هذه النتيجة على أن طلبة كلية التربية والعلوم الأساسية بشبكة جامعة عجمان يستخدمون الأساليب العلمية للتعلم والاستذكار ، وهو ما يدحض صحة فرضية الباحث للبعد الرابع ، فالطلبة يتبعون الطريقة الكلية والجزئية ، ويحاولون معرفة العلاقة بين أجزاء الدرس عند استذكارهم ، ويربطون ما يتعلمونه بالواقع ويقومون بالتسميع لأنفسهم بعد الانتهاء من استذكار الدرس ، ويهتمون بمراجعة الموضوعات غير الواضحة في الدرس ، والحقيقة أن افتراض الباحث قد نبع من الدراسات السابقة التي

المنارة للاستشارات
www.manaraa

أشارت بعضها إلى عدم استخدام الطلبة للأساليب العلمية للاستذكار، كدراسة البعد الله والخليفي (٢٠٠١) ودراسة عيسوي (١٩٨٥) ، ودراسة جابر، وعبد الحميد (١٩٨٤) ، ومن المعروف أن نتائج الدراسات في المجال النفسي والإنساني عادتا ما تكون ما تختلف نتائجها من بيئة اجتماعية إلى بيئة أخرى ، كما نجد أن هناك تغيراً يحدث في حياة الإنسان في البيئة ذاتها ، وقد نجد أن الدراسة ذاتها إذا تكررت على نفس الأفراد من في أوقات مختلفة قد تؤدي إلى نتائج مختلفة ، هذا بالإضافة إلى أن قياس الظاهرة النفسية بالمقاييس السيكومترية لا يمكن بحال من الأحوال أن تكون دقيقة ١٠٠٪ وإنما تقربنا من التعرف بصفة عامة على الظاهرة موضوع الدراسة ، ومن هذا المنطلق لا غرابة أن نجد طلبة كلية التربية والعلوم الأساسية يستخدمون الأساليب العلمية أثناء استذكارهم لدروسهم ، لكن في الوقت نفسه لا يمكن الجزم بأن جميع أفراد العينة يتبعون نفس الأساليب .

٥ : تضمنت الفرضية الفرعية رقم (٥) التابعة للفرض الأول الخاصة بدافعية الاستذكار ، والبحث عن مصادر المعلومات بأنه (لا توجد لدى طلبة كلية التربية والعلوم الأساسية بشبكة جامعة عجمان للعلوم والتكنولوجيا دافعية للاستذكار ، والبحث عن مصادر المعلومات)

تشير نتائج البعد الخامس من أبعاد الاستبيان الموضحة في الجدول رقم (٤) إلى أن متوسط درجات الطلبة (37,61) ، وقيمة " T" (2,367)، ومستوى الدلالة (0,020) ، وهذه الدلالة تشير إلى عدم تحقق الفرضية الفرعية رقم (٥) التابعة للفرض الأول الخاصة بدافعية الاستذكار ، وهذه النتيجة لا تتفق مع ما جاء في بعض الدراسات كدراسة الجمل (١٩٩١)التي توصلت إلى أن الطلبة عامة في البكالوريوس والدبلوم في كلية التربية الأردنية متوسطو الاهتمام بالأمور الأكاديمية ولا يجدون متعة عند القيام بواجباتهم الدراسية ، مما يعني أن الدافع الدراسي منخفض لديهم ، غير أن هذه النتيجة اتفقت مع دراسة إبراهيم ، وصالح (٢٠٠٥) التي أشارت إلى وجود علاقة ارتباط دالة إحصائيا عند مستوى (0,01) بين درجات أفراد العينة في التحصيل الدراسي ودرجاتهم في الدافعية الدراسية ، ومن هنا نجد أن الدافعية الدراسية تختلف عند الطلبة من طالب لأخر ، كما قد نجدها مختلفة من مجتمع لأخر ، وفي اعتقادي أن الطلبة الذين يدرسون وهم على أمل بممارسة مهنتهم بعد تخرجهم وان ذلك سيؤدي إلى تحسين أوضاعهم ومكانتهم الاجتماعية ستكون دافعتيهم أقوى من الطلبة الذين يعرفون بأنهم سينتظرون وقتاً طويلاً حتى يحصلون على الوظيفة التي تمكنهم من مزاولة مهنتهم ، ولما كان معظم طلبة كلية التربية والعلوم الأساسية من الطلبة العمانيين ، ويبتعدون عن أسرهم من أجل التحصيل العلمي وفوق ذلك يدفعون مصاريف دراستهم ، ويشعرون أن مجتمعهم بحاجة إليهم ، وسوف يستوعبهم في مجال تخصصهم ، فلا غرابة أن نجد الدافعية الدراسية مرتفعة لديهم . وربما أن شعورهم بانخفاض معدلاتهم في الثانوية العامة لم يمكنهم من الدراسة في جامعة السلطان قابوس وفي مجتمعهم قد أدى إلى رفع هممهم ودفعهم إلى التحصيل العلمي لاسيما أنهم

المنارة للاستشارات
www.manaraa

أيضا يخضعون إلى مفاضلة في الدرجات من أجل شغل الوظائف بعد التخرج .

٦ : تناولت الفرضية الفرعية رقم (٦) وهي الفرضية الأخيرة المنبثقة من الفرض الأول على أن :

(لا يشعر طلبة كلية التربية والعلوم الأساسية بشبكة جامعة عجمان للعلوم والتكنولوجيا بالقلق الدراسي)

تشير نتائج الجدول رقم (٤) إلى صحة الفرضية رقم (٦) التابعة للفرض الأول ، فمتوسط درجات الطلبة في هذا البعد من أبعاد الاستبيان بلغت (36,87) ، وقيمة " T" (1,578) ، ومستوى الدلالة (0,117) ، وهذه النتيجة تدل على أن الطلبة ليس لديهم قلق دراسي ، والحقيقة أن القلق الدراسي ذو مستويات ثلاثة (المنخفض ، والمتوسط ، والمرتفع) فالطالب الذي لديه قلق منخفض معناه أنه لا يقدم على الدراسة بشكل دائم ومستمر وإنما كثيراً ما يترك دروسه ، ويتغيب عن محاضراته ولا يبحث عن المعلومات بنفسه ولا يسأل أساتذته إذا استعصى عليه فهم موضوع معين ، وبالتالي يرضى بالنتيجة التي يحصل عليها مهما كانت مرتفعة أو منخفضة ، وقد يستجدي من أساتذته رفع درجاته إذا كان بإمكانهم مساعدته ، وهذا ما تشير إليه نتيجة هذه الدراسة ، ويؤكده واقع بعض الطلبة في كلية التربية والعلوم الأساسية بشبكة الجامعة إذ نلاحظ بعضهم يتغيبون عن المحاضرات ولا يهتمون بتسجيل ملاحظات عن الدرس أثناء المحاضرة إلا إذا لفت انتباههم أستاذ المقرر ، كما نلاحظهم لا يستذكرون دروسهم إلا قرب امتحانات المقررات الدراسية ، وقد يترددون على أساتذة المقررات يطلبون المساعدة ، ولا يريدون بذل الجهد المطلوب منهم . وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه نتائج دراسة كولر وهولهان (١٩٨٠) يخص القلق المنخفض. أما المستوى المتوسط من القلق فهو ذلك الذي يدفع صاحبة إلى التحصيل والمستمر ومتابعة كل جديد ، فهو قلق دافع يدفع صاحبه للانجاز ولا يعيقه عن بذل مزيد من الجهد والمثابرة والإصرار لتحقيق أعلى مستوى من النجاح ، ويختلف المستوى الثالث من القلق فهو قلق عصبي يعطل صاحبه عن أن ينجز شيئا بل يجعله أثناء الامتحانات ويجعله يفقد كثيراً من المعلومات التي يعرفها، وبعد الانتهاء من الامتحان يتذكرها ولكن بعد فوات الأوان .

الفرض الثاني : توجد فروق دالة إحصائيا في أساليب وعادات الاستذكار ومهاراته بين الطلاب والطالبات في كلية التربية والعلوم الأساسية بشبكة جامعة عجمان للعلوم والتكنولوجيا لصالح الطالبات . للإجابة على الفرض الثاني من فروض الدراسة استخدم الباحث اختبار " T-test ، والجدول رقم (٥) يوضح نتائج التحليل الإحصائي .

جدول رقم (٥) يوضح نتائج التحليل الإحصائي باستخدام اختبار " ت "

الجنس	العينة	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "T"	مستوى الدلالة	الدلالة عند مستوى 0,05
ذكور	36	223,056	25,509	111	2,095-	0,038	دالة
إناث	77	234,649	28,233				

المنارة للاستشارات
www.manaraa

تؤكد النتائج في الجدول رقم (٥) ما ذهب إليه الباحث في الفرض الثاني حيث تشير المتوسطات للطلاب والطالبات إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05) لصالح الطالبات مما يعني أن الطالبات أكثر التزاما بأساليب ومهارات الاستذكار من الطلاب . وتتفق هذه النتيجة مع معظم الدراسات السابقة التي تؤكد وجود دلالة إحصائية عند مستوى (0,05) في مهارات وعادت الاستذكار أو الاتجاه نحو الاستذكار لصالح الإناث ، ولعل السبب في ذلك أن الطالبات يرغبن في المنافسة والتفوق وإثبات وتوكيد الذات وخاصة في مجتمع تلعب فيه الذكورة الدور الأساسي في مختلف مجالات الحياة ، بالإضافة إلى أن الطالبات أكثر تفرغا للدراسة من الطلاب الذين يجدون أنفسهم مرتبطين بأعمال مهنية أخرى قبل إتمام الدراسة ، بل نجد بعضهم يتحمل مسئوليات الأسرة ، وتكاليف الدراسة ، وهو ما لم تتحمله الطالبات ، فا لطلبات عادة ما يتركن كل ما يتعلق بالرسوم الدراسية ومصارف أخرى تتعلق بالدراسة الجامعية على أولياء أمورهن ، وينظر أولياء الأمور إلى أنه من الواجب عليهم تدريس البنات حتى يعلن أنهن إذا قدر الله أن فقدن آباءهن أو أزواجهن فيما بعد . بالإضافة إلى أن المرأة في دول الخليج تتطلع إلى المساواة بالرجل ، وترى أن خير وسيلة للوصول إلى ذلك هو النجاح في التعليم العالي الذي يمكنها من شغل الوظيفة المناسبة .

الفرض الثالث : توجد فروق دالة إحصائيا في أساليب وعادات الاستذكار ومهاراته بين طلبة كلية التربية والعلوم الأساسية بشبكة جامعة عجمان للعلوم والتكنولوجيا بين طلبة المستوى الأول والمستوى الرابع لصالح المستوى الرابع . استخدم الباحث اختبار " T-test ، للإجابة على الفرض الثالث ، والجدول رقم (٥) يوضح نتائج التحليل الإحصائي .

جدول رقم (٦) يوضح نتائج التحليل الإحصائي باستخدام اختبار " ت "

المستوى	العينة	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "t"	مستوى الدلالة	الدلالة عند مستوى 0,05
الأول	51	228,471	25,513	110	0,759-	0,449	غير دالة
الرابع	61	232,475	29,578				

بالنظر إلى الجدول رقم (٦) يتضح أن نتائج اختبار " ت " تشير إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين طلبة المستوى الأول والمستوى الرابع مما يعني عدم تحقق الفرض الثالث ، وهذا بخلاف دراسة الورافي (١٩٩٦) التي توصلت إلى أن طلبة المستوى الأول يستخدمون عادات دراسية أفضل من طلبة المستوى الرابع ، ولذلك فإن النتيجة التي توصلت إليها الدراسة الحالية تؤكد أن الطلبة لا يغيرون الأساليب والمهارات الدراسية عند دخولهم الجامعة بل يستمرون على تلك الأساليب والمهارات التي اعتادوا عليها أثناء دراستهم السابقة ، فعدم وجود فروق دالة إحصائيا بين طلبة المستوى الأول والمستوى الرابع يعني عدم استفادة طلبة المستوى الرابع خلال سنوات دراستهم في الجامعة الأمر الذي يعني أن الجامعة لا تقدم للطلبة الخدمات الإرشادية المناسبة للطلبة منذ بداية دخولهم الجامعة كما أن الأساتذة لا يهتمون بتوجيه الطلبة إلى استخدام

المنارة للاستشارات
www.manaraa

الطرق الصحيحة للاستذكار أو أن الطلبة لا يهتمون بتوجيه أساتذتهم ويكتفون بما تعودوا عليه من أساليب ومهارات ، ومن المؤكد أن عملية تغيير ما اعتاد عليه الطلبة يحتاج إلى جهد ووقت وبرامج إرشادية تمكنهم من تغيير أساليبهم ومهاراتهم السابقة التي اعتادوا عليها وهذا ما لم يتوفر في شبكة جامعة عجمان ، فالعملية الإرشادية التي نقصدها ليست هي التي يقوم بها المرشد الأكاديمي الحالي ، ولا هي النصائح التي قد يعطيها هذا الأستاذ أو ذاك آو تلك المحاضرات التي تلقى على مسامع الطلبة عند بداية دخولهم الجامعة ولكنها عملية مخططة يقوم بها متخصص يستهدف من خلالها مساعدة الطلبة للتغلب على بعض المشكلات التي تعترضهم في حياتهم الدراسية وغير الدراسية ، بل هي عملية لتغيير السلوك غير المرغوب الذي تم اكتسابه في السنوات السابقة من الحياة الدراسية وغير الدراسية ، ولذلك لابد من التركيز على وضع البرامج الإرشادية التي تهدف على تغيير العادات الدراسية غير المرغوب فيها لدى الطلبة وإحلال العادات الدراسية المرغوبة أثناء الدراسة الجامعية ، وهذا ما تؤيده الدراسات التي استخدمت برامج إرشادية لتحسين مهارات وعادات الاستذكار كدراسة سليمان (١٩٨٩) .

الفرض الرابع : لا توجد فروق دالة إحصائياً في أساليب وعادات الاستذكار ومهاراته بين طلبة كلية التربية والعلوم الأساسية بشبكة جامعة عجمان للعلوم والتكنولوجيا بحسب التخصص .

وللإجابة على الفرض الرابع من فروض الدراسة استخدم الباحث تحليل التباين الأحادي " One –Way ANOVA" للكشف عن الفروق القائمة بين التخصصات الثلاثة (عربي إسلامي – انجليزي – رياضيات) والجدول رقم (٧) يوضح ذلك .

جدول رقم (٧) يوضح نتائج تحليل التباين " One –Way ANOVA" لمتغير التخصص

المصدر	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات (التباين)	قيمة F	مستوى الدلالة	الدلالة عند مستوى 0,05
بين المجموعات	1254,212	2	627,106	0,808	0,448	غير دالة
داخل المجموعات	85396,567	110	776,332			
المجموع	86650,779	112				

يتضح من الجدول رقم (٧) أن قيمة " F " (0,808) ، ومستوى الدلالة (0,448) وهي غير دالة و هو ما يؤيد صحة الفرض الرابع من فروض الدراسة فالطلبة من مختلف التخصصات(عربي إسلامي – انجليزي – رياضيات) متساوون في استخدام أساليب ومهارات الاستذكار وتعودوا عليها ، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج بعض الدراسات السابقة ، كدراسة الورافي ١٩٩٦ التي توصلت إلى أن طلبة الأقسام العلمية يتساوون مع طلبة الأقسام الإنسانية في العادات الدراسية ، وكذلك دراسة إبراهيم ، وصالح (٢٠٠٥) ودراسة حمود (١٩٩٩) التي لم تجد فروقاً بين التخصصات العلمية والأدبية في مهارات وعادات الاستذكار ، وهذا يعكس واحدية نمط البيئة التعليمية التي نشؤوا فيها وتعلموا من خلالها ، كما يعكس العلاقات التبادلية من حيث تأثير وتأثر الطلبة بعضهم ببعض واستخدام ذات المهارات والأساليب والتي

المنارة للاستشارات
www.manaraa

اعتادوا عليها في المراحل التعليمية السابقة ، ومن المعروف في علم النفس أن العادة عندما يكتسبها الفرد يصبح من غير اليسير عليه التخلي عنها بسهولة ، والحقيقة أن البيئة التعليمية وغير التعليمية في البلاد العربية لازالت مقصرة في استخدام الأساليب الإرشادية العلمية التي تساعد الأفراد على اكتساب العادات الدراسية، وغير الدراسية السليمة على الرغم من توافر المختصين في مجال الإرشاد النفسي والتربوي بأعداد كبيرة ، ويتم توظيف بعضهم في مجالات أخرى غير مجال تخصصهم ، بينما الكثير منهم عاطلون عن العمل، ومن المؤسف حقا أن نجد معظم المدارس والجامعات العربية لم تولِ حتى الان اهتماماً بهذا الجانب .

التوصيات :

توضح نتائج هذه الدراسة ، أن الطلبة يستخدمون عادات دراسية بعضها سليمة وأخرى خاطئة ، ولذلك يوصي الباحث بالآتي :

١ – إنشاء مركز إرشادي نفسي في شبكة الجامعة يضم بداخله وحدة القياس النفسي لمساعدة الطلبة على التغلب على مشكلاتهم الدراسية وغير الدراسية ، وتنمية السلوك الدراسي وغير الدراسي المرغوب ، وتعديل السلوك غير المرغوب ، وذلك وفق المعايير التربوية بدولة الإمارات العربية المتحدة .

٢ – تعيين عدد من المرشدين والأخصائيين النفسيين في المركز الإرشادي بحيث توكل إليهم المهام الإرشادية الحالية التي يتولاها المرشدون الأكاديميون الحاليون (أعضاء هيئة التدريس غير المختصين بالإرشاد) ، والعمل على مساعدة الطلبة على تجاوز مشكلاتهم المختلفة ، وتصميم برامج إرشادية وفقا لحاجات طلبة الجامعة ، ومن بينها برامج تعديل الأساليب والمهارات والعادات الدراسية الخاطئة ، والتنمية السليمة منها .

٣ - الاهتمام بالقياس النفسي عند بداية دخول الطالب إلى الجامعة لمعرفة العديد من الخصائص والحاجات النفسية ، والمهارات الدراسية التي يحتاجها الطلبة .

المراجع :

١ - ابراهيم ، احمد محمد المهدي ، ومسعد عبد العظيم محمد صالح : (٢٠٠٥) ، مهارات الدراسة وعلاقتها ببعض المتغيرات الدراسية لدى عينة من طلاب الجامعة ، مجلة كلية التربية ، جامعة أسيوط ، المجلد الحادي والعشرون – العدد الأول يناير .

٢- أحمد ، محمد أبو العلاء : (١٩٧٦) الاستذكار الجيد ، القاهرة ، صحيفة المكتبة ، المجلد الثامن ، أبريل ، دار غريب للطباعة والنشر ، القاهرة .

٣- أديبي ، عباس عبد علي : (٢٠٠١)، قدرات التفكير ألابتكاري في علاقتها بعادات الاستذكار وقلق الاختبار لدى طلاب التعليم الثانوي والجامعي ، مجلة العلوم التربوية والنفسية ، كلية التربية ، جامعة قطر ، المجلد الثاني ، العدد الثالث ، سبتمبر .

٤- الحفني ، عبد المنعم (١٩٧٠) موسوعة علم النفس والتحليل النفسي ، الجزء الأول ، مكتبة مدبولي ، القاهرة .

٥- حمود ، محمد الشيخ :(١٩٩٩) العادات الدراسية لدى طلابه المرحلة الثانوية ، دراسة ميدانية في مدارس دمشق الرسمية ، مجلة جامعة دمشق لأدآب والعلوم الإنسانية والتربوية ، المجلد الخامس عشر العدد الأول .

٦- - دافيدوف،لندال. ل: (١٩٨٣) مدخل علم النفس ، ترجمة سيد الطواب وآخرون، دار المريخ للنشر بتعاون مع المكتبة بالقاهرة ، الرياض

٧- رزق ، محمد عبد السميع : (٢٠٠٤) الاتجاهات الحديثة في دراسة مهارات الاستذكار
www.uqu.edu.sa/majalat/humanities/vol13/a04.htm

المنارة للاستشارات
www.manaraa

٨- الزيات ، فتحي مصطفى : (١٩٨٧) أثار التكرار ومستويات معالجه وتجهيز المعلومات على الحفظ والتذكر، الرياض، مجلة رسالة الخليج العربي ، العدد الثامن عشر

٩- سليمان ، سعاد محمد : (١٩٨٩) دراسة لتنمية عادات الاستذكار ومهاراته لدى بعض تلاميذ المدرسة الابتدائية ، مجلة علم النفس الهيئة المصرية العامة للكتاب ، العدد الحادي عشر ، السنة الثالثة ، سبتمبر .

١٠- الشرقاوي ، أنور محمد : (١٩٩٨) التعلم نظريات وتطبيقات ، ط٥ ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة

١١- – صالح ، احمد زكي : *(١٩٨٣) نظريات التعلم ، مكتبة النهضة المصرية ،القاهرة*

١٢- الصراف ، قاسم علي : (١٩٩٢)، العادات الدراسية وعلاقتها بالجنس والتخصص والمستوى الأكاديمي للطالب الجامعي ، حولية كلية التربية ، كلية التربية جامعة قطر ، السنة التاسعة ، العدد التاسع

١٣- العبد الله ، يوسف محمد ، والخليفي،سبيكة يوسف : (٢٠٠١) ، أثر كل من الاتجاهات نحو الدراسة ودافعية الانجاز وعادات الاستذكار على الأداء الأكاديمي لدى عينة من طالبات جامعة قطرالمجلة التربوية ،العدد ٦٠ ، المجلد الخامس عشر، جامعة الكويت

١٤- عبد المنعم ، ثروت محمد : (١٩٩١)، إعزاءات المتفوقين والمتأخرين دراسيا للنجاح والفشل ، بحوث المؤتمر السابع لعلم النفس في مصر ، الجمعية المصرية للدراسات النفسية ٢- ٤ سبتمبر .

١٥- عيسوي ، عبد الرحمن محمد:(١٩٨٥) القياس والتجريب في علم النفس التربوي، دار المعرفة الجامعية ، الإسكندرية ، مصر .

١٦- القاضي ، صبحي عبد الحفيظ : (١٩٨٦) العوامل المؤثرة في المعدل التراكمي كما يراها الطلاب الجامعيون ، رسالة الخليج العربي ، العدد الثاني والعشرون ، السنة السابعة

١٧- قشقوش ، إبراهيم ، وطلعت منصور : (١٩٧٩) ، دافعية الانجاز وقياسها ، ط١ ، مكتبة لأنجلو المصرية ، القاهرة .

١٨- الكامل ، حسنين : (١٩٧٥) ، دراسة القدرة التذكرية وعلاقتها في التحصيل في المدرسة الثانوية ، القاهرة ، صحيفة التربية ، السنة السابعة والعشرون، العدد الثالث يونيو

١٩- مجمع اللغة العربية: (١٩٧٣) . المعجم الوسيط ، ج١ ، ج٢ ، ، مطابع دار المعارف بمصر

٢٠- مسعود ، جبران: (١٩٨٦) ، الرائد ، معجم لغوي ، ج١ ، ج٢ ، دار العلم للملايين ، بيروت ، لبنان .

٢١- المنجد في اللغة والإعلام : (١٩٨٦) ، ط٤٤ ، دار المشرق بيروت ، لبنان

٢٢- ابن منظور :(بدون) لسان العرب المحيط ، م١ ، م٢، م٣ . إعداد وتصنيف يوسف خياط ، بيروت ، لبنان.

٢٣- نجاتي ، محمد عثمان : (١٩٨٥) ، علم النفس والحياة ، دار القلم ، الكويت

٢٤- الوحش ، عبد العزيز مهيوب: (١٩٩١) قلق الامتحان وأثرة على التحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية في الجمهورية اليمنية ، (رسالة ماجستير غير منشورة) ، جامعة الزقازيق- فرع بنها كلية التربية قسم الصحة النفسية

٢٥- الورافي ، حسن ناجي علي : (١٩٩٦) ، تقويم العادات الدراسية لدى طلبة الجامعة المستنصرية وعلاقتها ببعض المتغيرات ،(رسالة ماجستير غير منشورة) تربية في الإرشاد التربوي ، الجامعة المستنصرية ، بغداد .

٢٦- بترو فسكي ، أ.ف ، ياروسفكس، و. م.ج : (١٩٩٦) معجم علم النفس المعاصر ، ترجمة حمدي عبد الجواد ، وعبد السلام ورضوان ، دار العالم الجديد ، القاهرة

27- Culler; R.E., & Holahan ; (1980): " Test Anxiety and Academic Performance; The Effects of study – Related Behaviors , Journal Educational psychology, vol. 72, No. 1. pp. 16-19 .

28- Gohn, Hensley, (1985) :" Test Anxiety Academic Performance and Cognitive Appraisals "; Journal of Educational psychology , Vol., 70 ,No . 2 .pp.248-253.

29- Levitt, Eugene, E., (1980) : The psychology of Anxiety , 2 nd.Ed.; Lawrence Eriban Associates, Publishers Hillsdale, New Jersey.PP.78-109.

30- Spielberger,C.D., (1972) :" Anxiety Current Trends" ,theory and Research , Vol., 1, new York

المنارة للاستشارات
www.manaraa