



جامعة عين شمس
كلية البنات للأداب والعلوم والتربية
قسم علم النفس

فاعليّة برنامج تدرسي قائم على بعض استراتيجيات
التعلم المنظم ذاتياً لتنمية الصمود النفسي
لدى طالبات الجامعة

رسالة مقدمة لنيل درجة دكتوراه الفلسفة في التربية (تخصص علم نفس تعليمي)

إعداد الطالبة

نوهه علي محمد عبدو البجاح

إشراف

د. رشا عادل عبد العزيز
مدرس علم النفس التعليمي
كلية البنات
جامعة عين شمس

أ.د / سناه محمد سليمان
أستاذ علم النفس التعليمي
كلية البنات
جامعة عين شمس

2019م



جامعة عين شمس
كلية البنات للآداب والعلوم والتربية
قسم علم النفس

صفحة العنوان

اسم الباحثة : نوھہ علی محمد عبدو البحباج

الدرجة العلمية : دكتوراه

القسم التابع له : علم النفس

اسم الكلية : كلية البنات للآداب والعلوم والتربية

سنة المنح : 2019م



جامعة عين شمس
كلية البنات للآداب والعلوم والتربية
قسم علم النفس

رسالة دكتوراه

اسم الطالبة: نوهه علي محمد عبدو البجاح

عنوان الرسالة: فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض استراتيجيات التعلم المنظم ذاتي
التنمية الصمود النفسي لدى طالبات الجامعة

اسم الدرجة : (دكتوراه)

لجنة الإشراف

الوظيفة: أستاذ علم النفس التعليمي

كلية البنات - جامعة عين شمس

أ. د. سناة محمد سليمان

الوظيفة: مدرس علم النفس التعليمي

كلية البنات - جامعة عين شمس

د. رشا عادل عبد العزيز

تاريخ البحث : 2019/ / 2019

الدراسات العليا

ختم الجامعة أجازت الرسالة بتاريخ 2019/ / 2019

موافقة مجلس الكلية موافقة مجلس الجامعة 2019/ / 2019

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

﴿أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُ الْقُلُوبُ﴾

الصَّدِيقُ
الْعَظِيْمُ

[سورة الرعد: آية 28]

شكر وتقدير

الحمد لله فلأق الأنوار، وجعل الليل والنهار، ثم الصلاة والسلام على سيدنا محمد المختار.
"من لا يشكر الناس لا يشكر الله".

ها أنا في هذه اللحظات أضع قلمي في محطات شكر بعد كتابة هذا الجهد في أحد جوانب العلم والمعرفة، فتبدأ محطات شكري.

أولاً: إلى أستاذتي الفاضلة التي تعلمنا منها كل ما هو جيد ومفيد في حياتنا العلمية، إلى الأستاذة الدكتورة/ سناء محمد سليمان التي تشرفت بقولها الإشراف على هذه الرسالة، وكان لتوجيهاتها العلمية ومتابعتها المستمرة ومراجعتها لهذه الدراسة وتشجيعها ودفعها للروح المعنوية الأثر الطيب في إخراج هذا الجهد إلى واقع الحياة العملية.

وثاني محطات شكري فهي للدكتورة/ رشا عادل عبد العزيز، فلها مني كل التقدير والاحترام.
ونقف محطات شكري الآن إلى عضوي لجنة المناقشة الأستاذة الدكتورة/ رجاء عبد الرحمن خطيب والأستاذة الدكتورة/ هيا صابر شاهين، على تقاضهما مشكورين بقبول مناقشة هذه الأطروحة..
فلهم مني كل التقدير والاحترام.

والآن تقف محطات شكري إلى من أرضعتني لين الحنا وسقتني ماء الحياة، إلى من تطيب أيامي بقربها ويسعد قلبي بهنائها، إلى من تحملت معى السفر والغربة، إلى أغلى كائن في الوجود.. أمري الغالية.

والآن تقف محطات شكري إلى الغائب الحاضر، إلى من كان لي سندًا وإلى من كانت كلماته التشجيعية لي أنا وأخواتي في إكمال مسيرتنا العلمية مصباح يضيء.. إلى روح والدي رحمه الله وجعله من أهل الجنة.

والآن تقف محطات شكري إلى من ترعرعت معهم ونما غصني بينهم: إخواني وأخواتي (تهاني، عبير، محمد، عبد الرحمن)، وشكري الملئ بالحب إلى "أختي عائشة" التي كانت معي في بداية مسيرتي هذه.. فلهم مني كل التقدير والاحترام.

إلى أطفال أختي وجدتي وخالاتي.. إلى كل الأهل والأقارب.. إلى أصدقائي وصديقاتي.. إلى كل من دعا لي بظهر الخيب.. إلى كل من يعرفني.. شكرًا لكم جميعًا ولكم مني كل التقدير والاحترام.
الباحثة

مستخلص الدراسة

اسم الطالبة: نوهة علي محمد عدو البحاج

عنوان الرسالة: مدى فاعلية برنامج تربوي قائم على بعض استراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً لتنمية الصمود النفسي لدى طالبات الجامعة.

إشراف: أ. د. سناه محمد سليمان أستاذ علم النفس التعليمي - كلية البنات - جامعة عين شمس

د. رشا عادل عبد العزيز مدرس علم النفس التعليمي - كلية البنات - جامعة عين شمس

جهة البحث: جامعة عين شمس - كلية البنات للآداب والعلوم والتربية - قسم علم النفس.

تهدف هذه الدراسة إلى تنمية الصمود النفسي لدى طالبات الجامعة من خلال برنامج تربوي قائم على بعض استراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً.

منهج الدراسة: استخدمت الباحثة المنهج التجريبي للتحقق من صحة فروض الدراسة.

وقد تكونت عينة الدراسة الحالية من (60) طالبة من طالبات كلية التربية، الجامعة الأسميرية، ليبيًا للعام الجامعي 2017-2018، تم تقسيمهن إلى مجموعتين (30) مجموعة تجريبية، (30) مجموعة ضابطة.

وقد استخدمت الباحثة الأدوات التالية:

مقياس استراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً (إعداد لطفي عبد الباسط إبراهيم) تعديل الباحثة، مقياس الصمود النفسي (إعداد إيمان مصطفى سرميني) تعديل الباحثة، استماره المستوى الثقافي والاجتماعي (إعداد عليه المنيب)، تعديل الباحثة، برنامج تربوي قائم على بعض استراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً لتنمية الصمود النفسي (إعداد الباحثة).

نتائج الدراسة: أسفرت نتائج الدراسة عن فعالية البرنامج المستخدم في تنمية الصمود النفسي لدى طالبات الجامعة.

كلمات مفتاحية:

- استراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً
- الصمود النفسي

Abstract of the Study

Student's name: Noha Ali Mohamed Abdou El Behbah

Thesis title: Effectiveness of a training program based on some self-regulated learning strategies to develop psychological resilience among female university students.

Supervision: prof. Dr. Sana Mohamed Soliman, professor of educational psychology - faculty of women - Ain Shams University

Dr. Rasha Adel Abdelaziz, lecturer of educational psychology - faculty of women - Ain Shams University

Research Authority: Ain Shams University - Faculty of Women for Arts, Science and Education - Department of Psychology.

This study aims to develop the psychological resilience among the female university students through a training program based on some self-regulated learning strategies.

The sample of the current study consisted of (60) female students from the Faculty of Education, Asmariyah University, Libya for the academic year 2017-2018, who were divided into two groups (30) for the experimental groups and (30) for the control group. To verify the hypotheses validity, the researcher used the following tools:

The self-regulated learning strategies scale (prepared by Lotfi Abdel Basset Ibrahim), modified by the researcher, the psychological resilience scale (prepared by Iman Mustafa Sarmini), modified by the researcher, the socioeconomic level questionnaire (prepared by Aleiya El Monib), modified by the researcher, a training program based on some self-regulated learning strategies for developing the psychological resilience (prepared by the researcher).

The study results: The results of the study found the effectiveness of program used in developing the psychological resilience among the female university students.

Keywords: Self-regulated learning strategies, psychological resilience

قائمة المحتويات

الصفحة	الموضوع
1	الفصل الأول مدخل الدراسة
2	مقدمة الدراسة
5	مشكلة الدراسة وأسئلتها
6	أهداف الدراسة
7	أهمية الدراسة
8	مصطلحات الدراسة
9	محددات الدراسة
11	الفصل الثاني الإطار النظري للدراسة
12	المحور الأول: التعلم المنظم ذاتياً
13	أهمية التعلم المنظم ذاتياً
14	مكونات التعلم المنظم ذاتياً
16	أبعاد التعلم المنظم ذاتياً
18	عمليات التعلم المنظم ذاتياً
22	مراحل تطور التعلم المنظم ذاتياً
23	الافتراضات العامة التي تشتراك فيها معظم نماذج التنظيم الذاتي للتعلم
24	عرض لبعض نماذج التعلم المنظم ذاتياً
27	تعقيب على بعض نماذج التعلم المنظم ذاتياً
27	مبادئ التعلم المنظم ذاتياً
28	استراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً
29	تصنيف استراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً
33	المحور الثاني: الصمود النفسي
33	تعريف الصمود النفسي
35	الخلفية التاريخية لدراسة الصمود النفسي

الصفحة	الموضوع
36	مصطلحات قريبة من مفهوم الصمود النفسي
38	النظريات المفسرة للصمود النفسي
39	مكونات الصمود النفسي
41	العوامل المدعاة لصمود الفرد
42	قياس الصمود النفسي
43	سمات الأفراد الذين يتمتعون بالصمود النفسي
44	النماذج المفسرة للصمود النفسي
48	المحور الثالث: المرحلة الجامعية
48	تعريف الجامعة
48	أهداف الجامعة
49	وظائف الجامعة
49	مميزات المرحلة الجامعية
50	الفصل الثالث دراسات سابقة
51	المحور الأول: دراسات تناولت استراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً وبعض المتغيرات
58	المحور الثاني: دراسات تناولت متغير الصمود النفسي
66	تعقيب عام على الدراسات السابقة
67	فروض الدراسة
68	الفصل الرابع منهج واجراءات الدراسة
69	أولاً: منهج الدراسة
72	ثانياً: مجتمع الدراسة
72	ثالثاً: عينة الدراسة
78	رابعاً: أدوات الدراسة
135	خامساً: الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة
137	الفصل الخامس نتائج الدراسة ومناقشتها
138	أولاً: الوصف الإحصائي لمتغيرات الدراسة التجريبية

الصفحة	الموضوع
140	الفرض الأول ونتائجـه
143	الفرض الثاني ونتائجـه
146	الفرض الثالث ونتائجـه
149	الفرض الرابع ونتائجـه
151	الفرض الخامس ونتائجـه
153	الفرض السادس ونتائجـه
155	ثانياً: نتائج الدراسة التجريبية من وجهة نظر القياس (محكـي المرجـع)
160	ثالثاً: ملخص عام لنتائج الدراسة
161	رابعاً: توصيات الدراسة
161	خامساً: بحوث مقترحة
162	مراجع الدراسة
163	أولاً: المراجع العربية
171	ثانياً: المراجع الأجنبية
174	ملاحق الدراسة
234	ملخص الدراسة باللغة العربية
	ملخص الدراسة باللغة الإنجليزية

قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
21	عمليات التعلم المنظم ذاتياً	1
30	استراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً وتعريفها	2
41	العوامل المدعمة للصمود النفسي	3
42	العوامل المعاينة للصمود النفسي	4
70	التصميم التجريبي لمجموعتي الدراسة	5
72	توزيع أفراد مجتمع الدراسة	6
74	دلاله الفروق بين متوسطي درجات طالبات المجموعتين التجريبية والضابطة في العمر الزمني	7
75	دلاله الفروق بين متوسطي درجات طالبات المجموعتين التجريبية والضابطة في المستوى الثقافي والاجتماعي للأسرة	8
75	دلاله الفروق بين متوسطي درجات طالبات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس استراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً في القياس القبلي	9
77	دلاله الفروق بين متوسطي درجات طالبات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الصمود النفسي في القياس القبلي	10
81	العامل، تسميتها، عباراته، وتشبعاتها، وقيمة الجذر الكامن ونسبة التباين العاملى لمقاييس التعلم المنظم ذاتياً	11
82	معاملات ارتباط استراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً وتقدير الذات	12
86	دلاله الفروق بين متوسطات درجات الإرباعي الأعلى والإرباعي الأدنى بالنسبة إلى درجات المهارات الفرعية وكذلك بالنسبة إلى الدرجة الكلية لمقياس استراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً	13
87	معاملات ثبات مقياس استراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً باستخدام التجزئة النصفية وألفا كرونباخ	14
88	قيم معاملات الارتباط بين عبارات كل بعد من أبعاد مقياس استراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً والدرجة الكلية لنفس البعد ($n=50$)	15

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
16	معامل الارتباط بين درجة كل بعد من مقياس استراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً لدى طالبات الجامعة وبين الدرجة الكلية للمقياس ($n=50$)	90
17	أبعاد مقياس التعلم المنظم ذاتياً وتوزيع عبارات كل بعد	91
18	قيمة (ت) لدالة الفروق لحساب قدرة مقياس الصمود النفسي على التمييز	93
19	قيمة (ر) لحساب ثبات مقياس الصمود النفسي ومكوناته بطريقتي ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية	94
20	الاتساق الداخلي بين كل مكون والدرجة الكلية لمقياس الصمود النفسي	95
21	دلالة الفروق بين متوسطات درجات الإربعاعي الأعلى والإربعاعي الأدنى بالنسبة إلى درجات كل بعد وكذلك بالنسبة إلى الدرجة الكلية لمقياس الصمود النفسي	97
22	معاملات ثبات مقياس الصمود النفسي باستخدام التجزئة النصفية وألفا كرونباخ	98
23	قيم معاملات الارتباط بين عبارات كل بعد من أبعاد مقياس الصمود النفسي والدرجة الكلية لنفس البعد ($n=50$)	99
24	معامل الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد مقياس الصمود النفسي لدى طالبات الجامعة وبين الدرجة الكلية للمقياس ($n=50$)	100
25	أبعاد مقياس الصمود النفسي وعبارات كل بعد	100
26	الحالة التعليمية للأب والأم والدرجة المقابلة	101
27	وظيفة الأب والأم والدرجة المقابلة لها	102
28	المنطقة السكنية والدرجة المقابلة لها	103
29	الدرجات المقابلة لعدد غرف المسكن	103
30	الدرجات المقابلة لعدد أفراد الأسرة	103
31	توزيع الدرجات على الأسئلة العشرة باستمارة المستوى الاجتماعي والثقافي	104
32	الفروق بين متوسطي درجات المرتفعين والمنخفضين في استمارة المستوى الاجتماعي الثقافي	105
33	حساب الثبات لاستمارة المستوى الثقافي والاجتماعي والثقافي للأسرة	105

تابع قائمة الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
34	ملخص لمحتوى جلسات البرنامج التربوي	131
35	الوصف الإحصائي لدرجات طالبات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس استراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً	139
36	الإحصاء الوصفي لدرجات طالبات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الصمود النفسي	139
37	دلالة الفروق بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية على مقياس استراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً في القياسين القبلي والبعدي	140
38	دلالة الفروق بين متوسطي درجات طالبات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس استراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً في القياس البعدي	143
39	دلالة الفروق بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية على مقياس استراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً في القياسين البعدي والتبعي	147
40	دلالة الفروق بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية على مقياس الصمود النفسي في القياسين القبلي والبعدي	149
41	دلالة الفروق بين متوسطي درجات طالبات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الصمود النفسي في القياس البعدي	151
42	دلالة الفروق بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية على مقياس الصمود النفسي في القياسين القبلي والتبعي	153
43	نتائج الدراسة على مقياس استراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً من وجهاً النظر محكية المرجع	156
44	نتائج الدراسة على مقياس الصمود النفسي من وجهاً النظر محكية المرجع	158

قائمة الملاحق

الصفحة	عنوان الملحق	رقم الملحق
175	مقاييس استراتيجية التعلم المنظم ذاتياً لدى طالبات الجامعة (إعداد لطفي عبد الباسط إبراهيم) (تعديل الباحثة)	1
184	الصورة المعدلة لمقياس استراتيجية التعلم المنظم ذاتياً (إعداد لطفي عبد الباسط إبراهيم) (تعديل الباحثة)	2
190	مقاييس الصمود النفسي (إعداد إيمان مصطفى سرميسي، 2015)	3
195	الصورة المعدلة لمقياس الصمود النفسي (إعداد إيمان مصطفى سرميسي، 2015) (تعديل الباحثة)	4
199	استمارة المستوى الثقافي والاجتماعي للأسرة (إعداد علية منيب، 1998) (تعديل الباحثة)	5
202	استمارة تقييم الجلسات	6
204	استمارة تقييم البرنامج	7
205	جلسات البرنامج التدريبي القائم على بعض استراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً لتنمية الصمود النفسي لدى طلبة الجامعة	8
230	صور لبعض الشهادات التي حصلت عليها الطالبة	9

الفصل الأول

مدخل الدراسة

- مقدمة الدراسة

- مشكلة الدراسة .. وأسئلتها

- أهداف الدراسة

- أهمية الدراسة

- مصطلحات الدراسة

- محددات الدراسة