



كلية البنات للآداب والعلوم والتربيـة

قسم المناهج وطرق التدريس

فاعلية برنامج إثراي قائم على استراتيجيات ما وراء الذاكرة
في تنمية التعلم الذاتي وتحسين جودة الحياة لدى طلاب
الصف الثاني الثانوي الدارسين لمادة علم الاجتماع

رسالة مقدمة من الباحثة:

فاطمة يوسف عبد الغني محمد نصر

للحصول على درجة دكتوراه الفلسفة في التربية

تخصص المناهج وطرق تدريس فلسفة واجتماع

إشراف:

أ. د/ سميره عطية عريان

أستاذ المناهج وطرق تدريس المواد الفلسفية

كلية البنات - جامعة عين شمس

أ. د/ سعاد محمد فتحي محمود

أستاذ المناهج وطرق تدريس المواد الفلسفية

كلية البنات - جامعة عين شمس

أ. م. د/ زينب بدر عبد الوهاب علي حسين

أستاذ المناهج وطرق تدريس المواد الفلسفية المساعد

كلية البنات - جامعة عين شمس

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ

وَالرَّاسِخُونَ فِي الْعِلْمِ يَقُولُونَ آمَنَّا بِهِ كُلُّ مِنْ
عِنْدِ رِبِّنَا وَمَا يَذَكُرُ إِلَّا أُولُو الْأَلْبَابِ (٧)

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ

سُورَةُ الْأَلْفَاظِ الْمُبَارَكَةِ ٧



جامعة عين شمس

كلية البناء للآداب والعلوم وال التربية

إدارة الدراسات العليا

تاريخ موافقة مجلس الكلية على تشكيل لجنة الحكم والمناقشة

فحص

مناقشة في / / م، وتشكون من:

1. الأستاذ الدكتور:

2. الأستاذ الدكتور:

3. الأستاذ الدكتور:

4. الأستاذ الدكتور:

5. الأستاذ الدكتور:

تاريخ موافقة مجلس الكلية على التوصية بمنح الطالب درجة

ماجستير

دكتوراه في / / م.

الموظف المختص أ.د/ وكيلة الكلية مدير الإدارة



كلية البنات للآداب والعلوم والتربية
قسم المناهج وطرق التدريس

صفحة العنوان

اسم الطالبة: فاطمة يوسف عبد الغني محمد نصر

الدرجة العلمية: دكتوراه الفلسفة في التربية

القسم التابع له: المناهج وطرق التدريس (فلسفة واجتماع)

اسم الكلية: البنات للآداب والعلوم والتربية

الجامعة: جامعة عين شمس

سنة المنهج: ٢٠٠٣ م

سنة المنهج: ٢٠١٩ م



كلية البنات للآداب والعلوم والتربية
قسم المناهج وطرق التدريس

رسالة دكتوراه

اسم الطالبة: فاطمة يوسف عبد الغني محمد نصر .
عنوان الرسالة: "فاعالية برنامج إثرائي قائم على استراتيجيات ما وراء الذاكرة، في تربية التعلم الذاتي وتحسين جودة الحياة، لدى طلاب الصف الثاني الثانوي الدارسين لمادة علم الاجتماع".
القسم التابع لها: المناهج وطرق التدريس.
اسم الدرجة: دكتوراه الفلسفة في التربية.

لجنة الإشراف

أ. د/ سعاد محمد فتحي محمود	أستاذ المناهج وطرق تدريس المواد الفلسفية
كلية البنات - جامعة عين شمس	كلية البنات - جامعة عين شمس
أ. م. د/ زينب بدر عبد الوهاب علي حسين	أستاذ المناهج وطرق تدريس المواد الفلسفية المساعد
كلية البنات - جامعة عين شمس	كلية البنات - جامعة عين شمس

الدراسات العليا

أجازت الرسالة بتاريخ / / ٢٠١٩ م	ختم الاجازة:
موافقة مجلس الجامعة	موافقة مجلس الكلية
٢٠١٩ م / /	٢٠١٩ م / /

شکر

أتقدم بآسمى آيات الشكر والتقدير والعرفان بالفضل للأساتذة الذين قاموا بالإشراف على الرسالة وهم:
أ. د/ سعاد محمد فتحي محمود: أستاذ المناهج وطرق تدريس المواد الفلسفية - كلية البناء - جامعة عين شمس.

أ. د/ سميحة عطية عريان: أستاذ المناهج وطرق تدريس المواد الفلسفية - كلية البناء - جامعة عين شمس.

أ. م. د/ زينب بدر الوهاب علي حسين: أستاذ المناهج وطرق تدريس المواد الفلسفية المساعد - كلية البناء - جامعة عين شمس.

كما أتقدم بخالص الشكر والتقدير للأساتذة الذين تعاونوا معي وهم:

١- أستاذة قسم المناهج وطرق التدريس بكلية البناء بجامعة عين شمس.

٢- السادة الأساتذة المحكمين لأدوات البحث.

٣- السادة الأساتذة أعضاء لجنة الحكم والمناقشة لتفصيلهم بمناقشة هذا العمل.

وأتقدم بخالص شكري واحترامي وتقديري لوالدي وإخوتي لتشجيعهم الدائم والمستمر لي خلال فترة إعداد الرسالة.

﴿نَرْفَعُ دَرَجَاتٍ مَّنْ شَاءَ وَفَوْقَ كُلِّ ذِي عِلْمٍ عِلْمٌ﴾ (سورة يوسف، الآية ٧٦)

الحمد لله الذي حمد في الكتاب نفسه، واستفتح بالحمد كتابه، واستخلص الحمد لنفسه، وجعل الحمد دليلاً على طاعته، ورضي بالحمد شكرأ له من خلقه، الحمد لله بجميع مهامه الموجبة لمزيده، المرضية له، الشافعة لأمثالها.. اللهم لك الحمد حمداً كثيراً خالداً مع خلودك، ولك الحمد حمداً لا منتهى له دون علمك، ولك الحمد حمداً لا منتهى له دون مشيئتك، ولك الحمد حمداً لا آخر لقائله إلا رضاك.

وامتنالا بقوله تعالى: **﴿إِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدُنَّكُمْ﴾** (ابراهيم، ٧) فإني احمد الله وشكره واثني عليه الخير كله، فهو أهل الثناء والفضل على ما أولاني به من نعمه وآلاءه المتتجدة والتي لا تعد ولا تحصى، ومنها أن هداني ويسر لي أمري، ومنحي العزم والصبر، وحبب لي البحث العلمي، وأعانني على إنجاز هذا العمل العلمي المتواضع، وما توفيقني إلا بالله علم بالقلم علم الإنسان ما لم يعلم، وإنني أسأل الله تبارك وتعالى بأسمائه الحسنى وصفاته العلا أن يجعل عملي هذا كله صالحأً وخلصاً لوجهه الكريم.

ومن تمام شكر العبد لربه أن يشكر من أجرى على يديه النعم لعلي أكون بهذا قد وفيت ولو جزء ضئيلاً من كبير الجميل الذي طوق به عنقي أساندتي الأجلاء الذين تلمندت على يديهم وشرفت ورسالتني بإشرافهم.

وبشرفي ويسري في مقام الاعتراف بالفضل والعرفان أن أتقدم بخالص الشكر وعظيم التقدير إلى بحر العلم والخلق والحنان، إلى أستاذتي ومعلمتي **الأستاذة الدكتورة/ سعاد محمد فتحي** محمود أستاذ المناهج وطرق تدريس المواد الفلسفية بكلية، والمشرفة على هذا البحث، لما أعطتني من فيض علمها وتوجيهاتها السديدة طوال فترة إشرافها على البحث، فقد كانت نعم المعلمة ولم تخل بجهد أو وقت أو خبرة طوال مراحل البحث وكان لتوجيهاتها أكبر الأثر على البحث والباحثة، فلولا سعة أفقها، ورحابة صدرها، وثاقب فكرها، وغزارة علمها ما وصل هذا البحث لهذه الصورة، فهي صاحبة علم وفيرة ونبراس يضيء الطريق لأبنائها الدارسين، فلها مني كل الشكر والامتنان والحب على ما غرسته في نفسي من المثابرة وحب البحث العلمي والأمانة العلمية ومعاملتها الكريمة والحنانية لي، ولما أعطتني من وقت وعلم أثري البحث والجهد الكبير الذي بذلته في قراءته عدة مرات بدقة عالية، فقد كانت خير عون لي على إتمام هذا البحث، فمهما ذكرت من كلمات الشكر والعرفان فإنني لا أوفيها حقها على، وأسأل الله سبحانه وتعالى لأستاذتي عمرأ مديداً، وعيشأ سعيداً، وعطاء منه غير مجنوذ، على ما قدمته لي من عون وجه وتجهيزه أن ربي قريب محبب الدعاء.

كما يسرني أن أقدم بمزيد من الشكر والعرفان والتجليل، إلى أستاذتي **الأستاذة الدكتورة/ سميره عطية عريان** أستاذ المناهج وطرق تدريس المواد الفلسفية بكلية، والمشرفة على هذا البحث، على ما قدمته لي من علم وعون صادق، وجهد كبير، فهي صاحبة فكر ثاقب ورؤى صائبة ورأى راجح وذوق إنساني راقٍ، تتميز بشخصية قيادية متواضعة مرتنة تعاملت معني بأسلوب راقي وبالإجابة على كافة استفساراتي وإيضاح أي لبس طوال مراحل البحث من

غير تذمر أو كلل بنفس طيبة وفي كل وقت، فلقد تعلمت منها الحكمة والصبر جزاهما الله عن كل الخير وأدامها وسد خطها.

كما يسرني أن أقدم بمزيد من الشكر والعرفان والتجليل، إلى أستاذتي الأستاذة الدكتورة/زينب بدر عبد الوهاب على حسين أستاذ المناهج وطرق تدريس المواد الفلسفية المساعد بالكلية والمشرفه على هذا البحث، والتي شملتني برعايتها ولم تدخل علي بوقتها وجهها ونصائحها طوال هذا البحث، فقد كانت لتوجيهاتها العلمية البناءة وإرشاداتها وتعليقاتها المستمرة أفضل الأثر في إنجاز هذا العمل، كما كان لها الفضل في غرس الأمل والهمة العالية في نفسي مما أعاني على تخطي تحديات هذا البحث وصعوباته، فلها مني جزيل الشكر والعرفان، وأدعوا الله أن يمتعها بدوام الصحة، وأن يجزيها عن كل خير ما جزى به أستاذها عن تلميذه.

كما أوجه عظيم شكري وخلص تقديرني وامتناني إلى العالمين الجليلين الأستاذ الدكتور/ كمال نجيب الجندي أستاذ المناهج وطرق تدريس المواد الفلسفية- بكلية التربية- جامعة الإسكندرية، والأستاذة الدكتورة/ عزة فتحي علي نعمة الله أستاذ المناهج وطرق تدريس المواد الفلسفية - كلية البنات- جامعة عين شمس، على تفضيلهما بقبول مناقشة هذه الرسالة وأنني على ثقة من أن ملاحظاتهما القيمة سوف تثري هذا البحث فلهما مني جزيل الشكر والتقدير.

كما يسرني أن أقدم بخالص شكري وتقديرني إلى الدكتور/ أحمد إبراهيم إبراهيم عيد المراجع الخارجي بالهيئة القومية لضمان جودة التعليم والاعتماد برئاسة مجلس الوزراء، والمراجع الخارجي بالأكاديمية المهنية للمعلمين، والمدرب العام التربوي بالأكاديمية المهنية للمعلمين، على دعمه المتواصل لي وتعاونه المثمر معي وتواضعه ورحابة صدره وما بذله معي من جهد في تحكيم أدوات البحث، كما ساعدني في توفير مجموعة من النسخ عن تقارير التنافسية العالمية، وأعطاني من خبرته وعلمه الوفير جزاه الله عن كل الخير ووافر الجزا ومتنه بالصحة والعافية.

كما يسرني أن أقدم بأسمى آيات الشكر والعرفان والجميل لروح أستاذتي ومعلمتي الأولى وصاحبة الفضل على رحمة الله وأدخلها الله فسيح الجنان الدكتورة/ سامية خليل الشخور، مدير قسم الجودة والاعتماد بمديرية التربية والتعليم سابقاً، على تشجيعها لي واحتضانها لي وعلى مدتها لي ببرامج تدريبية، وورش عمل في تصميم ورسم الخرائط الذهنية فهي صاحبة الفضل الأول على في رسم و تصميم الخرائط الذهنية فلم تدخل على بعلمها وخبرتها في هذا المجال فهي من أهدتني أول كتاب في مكتبي يتحدث عن الخرائط الذهنية أثابها الله عن كل الجزا وجعل هذا العمل نورا لها في قبرها وصدقة جارية لروحها الطاهرة رحمة الله.

ويسعدني أن أقدم بأسمى شكري وتقديرني إلى أستاذتي، السادة المحكمين، لما قدموه من توجيهات، كانت لها أثر عظيم في إظهار أدوات البحث بصورتها الحالية، فجزاهم الله عن كل خير الجزا.

كما أقدم بخالص الشكر والتقدير إلى إدارة وطالبات مدرسة العاشر من رمضان الثانوية بنات بالسويس وإلى إدارة وطالبات مدرسة أسماء بنت أبي بكر الثانوية بنات وإلى إدارة وطالبات مدرسة الشهيدة شادية سلامه الثانوية بنات بالسويس، وذلك لما قدموه من عون ومساعدة لي من أجل إتمام الجانب التطبيقي للبحث الحالي.

كما يسعدني ويشرفني أن أشكر أصحاب الفضل الأول على بعد الله، نور حياتي والعين التي أبصر بها للحياة ، وهما أبي رحمة الله من انار لي الطريق منذ نعومة أظافري والذي أهدي هذا العمل لروحه الطاهرة وفأهذا ذكره أسكنه الله فسيح الجنان وجراه عن كل خير الجزا وجعل عملي هذا في ميزان حسناته، وأملي أدامها الله لي وحفظها لي ومد لها

في عمرها فهي من تهون على مصاعب الحياة إذا نظرت إلى عينيها، صاحبة القلب الصادق الحنون و التي لا يزال لسانها يلهج بالدعاء لي جزاها الله خير الجزاء.

كما يسعدني أن أتقدم بجزيل شكري لأخواتي الكرام رقية، نوال، يسرا، محمود، محمد، وأبناء أخواتي يحيى، عاطف، أدم، مريم على ما قدموه لي من مساعدات وعون وعلى مساندتهم لي ووقفهم بجواري أدامهم الله لي وجزاهم خير الجزاء، كما أخص بالشكر أختي الصغيرة الغالية على قلبي ونور عيني صفية على مساندتها لي ووقفها بجواري وقيامها بتصوير جميع حচص الجانب التطبيقي للبحث الحالي جزاها الله خير التواب.

ولن أنسى تشجيع صديقتي الغالية ورفيقه عمري إيمان محمد عبده على وقوفها بجواري و تشجيعها المستمر لي ووقفها بجواري طوال مراحل البحث جزاها الله عني خير الجزاء وسدد خططاها.

وأخيراً أتقدم بكل معاني الشكل والاعتراف بالفضل والجميل، لكل من ساهم بالرأي والمشورة، أو قام بجهد مهما كان حجمه، ولم يسعني ذكر اسمه، فجزاهم الله عني خير الجزاء.

وأخيراً أن كنت قد أحسنت فهذا فضل من الله وتوفيق، وإن كانت الأخرى فحسبى أنى قد بذلت قصارى جهدي، وما أنا إلا بشر أصيّب وأخطئ والكمال لله وحده إليه يرجع الفضل كله ، وإليه يرجع الثناء كله وهو نعم المولى ونعم النصير.

وَبِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ وَسَلَامٌ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَسَلَامٌ عَلَى الْأَنْبِيَاءِ وَسَلَامٌ عَلَى الْكَرَمِ

مستخلص البحث.

عنوان البحث: "فاعلية برنامج إثرائي قائم على استراتيجيات ما وراء الذاكرة، في تنمية التعلم الذاتي وتحسين جودة الحياة، لدى طلاب الصف الثاني الثانوي الدارسين لمادة علم الاجتماع"

اسم الباحثة: فاطمة يوسف عبد الغني محمد نصر

الدرجة العلمية: دكتوراه الفلسفة في التربية

الجامعة المانحة: كلية البنات للآداب والعلوم والتربية - جامعة عين شمس

التاريخ: ٢٠١٩ هـ - ٤٠ م

المشرفون:

أ. د/ سعاد محمد فتحي محمود: أستاذ المناهج وطرق تدريس المواد الفلسفية - كلية البنات - جامعة عين شمس

أ. د/ سميرة عطية عريان: أستاذ المناهج وطرق تدريس المواد الفلسفية - كلية البنات - جامعة عين شمس

أ. م. د/ زينب بدر عبد الوهاب على: أستاذ المناهج وطرق تدريس المواد الفلسفية المساعد - كلية البنات - جامعة عين شمس

هدف البحث: سعى البحث الحالي إلى الكشف عن فاعلية البرنامج الإثرائي القائم على استراتيجيات ما وراء الذاكرة، في تنمية التعلم الذاتي وتحسين جودة الحياة، لدى طلاب الصف الثاني الثانوي الدارسين لمادة علم الاجتماع.

الطرق والإجراءات: استخدم البحث الحالي ما يلي:

١- **المنهج الوصفي التحليلي:** وذلك فيما يتعلق بالدراسة النظرية للأدبيات والدراسات السابقة، وإعداد البرنامج الإثرائي وأدوات البحث.

٢- **المنهج التجريبي:** تم استخدام أحد تصميماته، وهو التصميم شبه التجريبي ذو المجموعة الواحدة الذي يعتمد على التطبيق القبلي والبعدي لأدوات البحث.

نتائج البحث: توصل البحث الحالي إلى النتائج التالية:

١- يوجد فرق دالٌ إحصائياً بين متوسطي درجات الطالب في التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار التحصيل المعرفي بالبرنامج ككل وأبعاده الفرعية (الذكر - الفهم - التطبيق - التركيب - التحليل - التقويم)، لصالح التطبيق البعدى عند مستوى دلالة (٠,٠١)، وأن حجم تأثير البرنامج كبير.

٢- يوجد فرق دالٌ إحصائياً بين متوسطي درجات الطالب في التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار المواقف السلوكية لمهارات التعلم الذاتي الكلي وأبعاده الفرعية (حب المعرفة والرغبة المستمرة في تطويرها - استخدام مصادر التعلم المتنوعة - الإدراة الذاتية للتعلم - المراجعة الذاتية)، لصالح التطبيق البعدى عند مستوى دلالة (٠,٠١)، وأن حجم تأثير البرنامج كبير.

٣- يوجد فرق دالٌ إحصائياً بين متوسطي درجات الطالب في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس جودة الحياة الكلي وأبعاده الفرعية (الصلابة النفسية - السعادة - التفاؤل - تقدير الذات - المهارات الاجتماعية)، لصالح التطبيق البعدى عند مستوى دلالة (٠,٠١)، وأن حجم تأثير البرنامج كبير.

٤- يوجد فرق دالٌ إحصائياً بين متوسطي درجات الطالب في التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار المواقف السلوكية لجودة الحياة الكلي وأبعاده الفرعية (الصلابة النفسية - السعادة - التفاؤل - تقدير الذات - المهارات الاجتماعية)، لصالح التطبيق البعدى عند مستوى دلالة (٠,٠١)، وأن حجم تأثير البرنامج كبير.

٥- فاعلية البرنامج الإثرائي القائم على استراتيجيات ما وراء الذاكرة، في تمية التحصيل المعرفي والتعلم الذاتي وتحسين جودة الحياة، لدى طلاب الصف الثاني الثانوي الدارسين لمادة علم الاجتماع.

الكلمات المفتاحية: استراتيجيات ما وراء الذاكرة – التعلم الذاتي – جودة الحياة.

The Research Abstract

- **The Research Title:**

" The effectiveness of an enriching program based on meta-memory strategies in developing self-learning and improving quality of life, for the 2nd grade secondary students who study the subject of sociology "

- **The Researcher:**

Fatma Youssif Abdul-Ghani Mohamed Nasr.

- **The Scientific Degree:**

Philosophy doctorate degree in education.

- **The Granting Body:**

Faculty of Girls for Arts, Sciences and Education, Ain Shams University.

- **Date:**

1440 A.H. / 2019 A.D.

- **Supervisors:**

- Prof. Doctor / Soad Mohamed Fathy Mahmoud, Professor of Curriculum and Methods of Philosophy Faculty of Girls, Ain Shams University.
- Prof. Doctor / Samira Attia eryan, Professor of Curriculum and Methods of Philosophy, Faculty of Girls, Ain Shams University
- Assistant Prof. Doctor / Zeinab Badr Abdul-Wahab, Assistant. Prof. of Curriculum and Methods of Philosophy, Faculty of Girls, Ain Shams University.

- **The Research Objective:**

The present research seeks to study the effectiveness of the enriching program based on meta-memory strategies in developing self-learning and improving quality of life, for the 2nd grade secondary students who study sociology.

- **The Research Outcomes:**

The present research has reached the following outcomes:

- 1- The presence of differences of statistical significance between the average degrees of students in the fore-application and post-application of the cognitive acquirement test in the whole program together with its subsidiary dimensions at the function level of (0,01), in favor of the post-application, with the fact that the magnitude of the program impact is substantial.
- 2- The presence of differences of statistical significance between the average degrees of students in the fore-application and post-application of the quality of life whole measure and its subsidiary dimensions at the function level of (0,01), in favor of the post-application, with the fact that the magnitude of the program impact is substantial.
- 3- The presence of differences of statistical significance between the average degrees of students in the fore-application and post-application of behavioral situations whole test for the quality of life and its subsidiary dimensions at the function level

of (0,01), in favor of the post-application, with the fact that the magnitude of the program impact is substantial.

- 4- The presence of differences of statistical significance between the average degrees of students in the whole test of behavioral situations for self-learning skills, and its subsidiary dimensions at the function level of (0,01), in favor of the post-application, with the fact that the magnitude of the program impact is substantial.
- 5- The effectiveness of the enriching program based on the meta-memory strategies in developing cognitive acquirement and self-learning and improving quality of life for the 2nd grade secondary students who study the subject of sociology.

Key words: meta-memory strategies - self-learning - quality of life

محتويات البحث

أولاً: محتوى الموضوعات:

رقم الصفحة	الموضوع
٢٤ - ١	الفصل الأول: مشكلة البحث وخطة دراستها
١٣ - ١	مقدمة
١٧ - ١٣	١- الإحساس بمشكلة البحث
١٨ - ١٧	٢- تحديد مشكلة البحث وأسئلته.
١٨	٣- فروض البحث.
١٩ - ١٨	٤- حدود البحث.
١٩	٥- أهداف البحث.
٢٠ - ١٩	٦- أهمية البحث.
٢٠	٧- منهج البحث.
٢١	٨- مواد وأدوات البحث.
٢٢ - ٢١	٩- خطوات البحث وإجراءاته.
٢٤ - ٢٢	١٠- مصطلحات البحث.
٧٠ - ٧٥	الفصل الثاني: الخالية النظرية لمتغيرات البحث (المستقل/ التابع) استراتيجيات ما وراء الذاكرة وتدريس علم الاجتماع.
	استراتيجيات ما وراء الذاكرة وتدريس علم الاجتماع: ويتناول الموضوعات التالية:
٢٨ - ٢٥	١- ماهية ما وراء الذاكرة.
٣٠ - ٢٨	٢- نشأة ما وراء الذاكرة.
٣٣ - ٣٠	٣- الأسس النظرية لاستراتيجيات ما وراء الذاكرة.
٣٦ - ٣٣	٤- العلاقة بين الذاكرة وما وراء المعرفة.
٣٨ - ٣٦	٥- العلاقة بين الذاكرة وما وراء الذاكرة.
٣٨	٦- العوامل المؤثرة في ما وراء الذاكرة.
٣٩ - ٣٨	٧- أحكام ما وراء الذاكرة.
٤٢ - ٤٠	٨- عمليات ما وراء الذاكرة.
٤٥ - ٤٢	٩- مكونات ما وراء الذاكرة
٤٩ - ٤٥	١٠- النماذج المفسرة لما وراء الذاكرة.
٥٣ - ٤٩	١١- ارتقاء ما وراء الذاكرة وتنميتها في مرحلتي الطفولة والمراقة.
رقم الصفحة	الموضوع
٥٥ - ٥٣	١٢- قياس ما وراء الذاكرة.

٥٧ - ٥٥	١٣- مراحل استراتيجيات ما وراء الذاكرة.
٦١ - ٥٧	١٤- استراتيجيات ما وراء الذاكرة.
٦٣ - ٦١	١٥- أهمية استخدام استراتيجيات ما وراء الذاكرة في العملية التربوية.
٦٧ - ٦٣	١٦- واقع تدريس مادة علم الاجتماع وأهميتها لطلاب المرحلة الثانوية.
٧٠ - ٦٧	١٧- العلاقة بين استراتيجيات ما وراء الذاكرة وتدريس مادة علم الاجتماع لطلاب المرحلة الثانوية.
١٣٥ - ٧١	الفصل الثالث: الخلفية النظرية للمتغيرات التابعة للبحث وعلاقتها بما وراء الذاكرة. "التعلم الذاتي وجودة الحياة".
	المحور الأول: الخلفية النظرية للمتغير التابع الأول: "التعلم الذاتي وعلاقته بما وراء الذاكرة": ويتناول الموضوعات التالية:
٧٥ - ٧١	١- مفهوم التعلم الذاتي.
٧٧ - ٧٥	٢- النشأة والتطور التاريخي للتعلم الذاتي.
٨٠ - ٧٧	٣- مبررات التعلم الذاتي (لماذا التعلم الذاتي).
٨١ - ٨٠	٤- الخصائص التربوية للتعلم الذاتي والمتعلم ذاتياً.
٨٢	٥- أسس التعلم الذاتي.
٨٢	٦- مقارنة بين التعلم الذاتي والتعليم التقليدي.
٨٣	٧- تفريد التعليم وعلاقته بالتعلم الذاتي.
٨٤ - ٨٣	٨- أهداف التعلم الذاتي:
٨٥ - ٨٤	٩- أهمية التعلم الذاتي.
٨٥	١٠- العوامل المؤثرة على التعلم الذاتي الفعال.
٨٧ - ٨٥	١١- مبادئ التعلم الذاتي.
٩٠ - ٨٧	١٢- مهارات التعلم الذاتي.
٩١ - ٩٠	١٣- دور المتعلم في تنمية مهارات التعلم الذاتي.
٩٣ - ٩١	١٤- دور المعلم في تنمية مهارات التعلم الذاتي.
٩٨ - ٩٤	١٥- الأهمية التربوية لاكتساب الطلاب الدارسين لمادة علم الاجتماع لمهارات التعلم الذاتي.
١٠١ - ٩٨	١٦- العلاقة بين استراتيجيات ما وراء الذاكرة وتنمية مهارات التعلم الذاتي.
	المحور الثاني: الخلفية النظرية للمتغير التابع الثاني: "جودة الحياة وعلاقتها بما وراء الذاكرة": ويتناول الموضوعات التالية:
١٠٧ - ١٠٢	١- مفهوم جودة الحياة (إشكالية المفهوم).

الموضع	وع	رقم الصفحة
--------	----	------------