



شبكة المعلومات الجامعية
التوثيق الإلكتروني والميكروفيلم

بسم الله الرحمن الرحيم



MONA MAGHRABY



شبكة المعلومات الجامعية
التوثيق الإلكتروني والميكروفيلم



شبكة المعلومات الجامعية التوثيق الإلكتروني والميكروفيلم



MONA MAGHRABY



شبكة المعلومات الجامعية
التوثيق الإلكتروني والميكروفيلم

جامعة عين شمس التوثيق الإلكتروني والميكروفيلم

قسم

نقسم بالله العظيم أن المادة التي تم توثيقها وتسجيلها
علي هذه الأقراص المدمجة قد أعدت دون أية تغييرات



يجب أن

تحفظ هذه الأقراص المدمجة بعيدا عن الغبار



MONA MAGHRABY

جامعة عين شمس
كلية البنات للآداب والعلوم والتربية
إدارة الدراسات العليا

تاريخ موافقة مجلس الكلية على تشكيل لجنة الحكم والمناقشة

فحص
مناقشة / / في م ، وتتكون من :

- 1- الأستاذ الدكتور /
- 2- الأستاذ الدكتور /
- 3- الأستاذ الدكتور /
- 4- الأستاذ الدكتور /

تاريخ موافقة مجلس الكلية على التوصية بمنح الطالب درجة

ماجستير / / في / م
دكتوراه

الموظف المختص مدير الإدارة أ.د/ وكيل الكلية



جامعة عين شمس
كلية البنات للآداب والعلوم والتربية
قسم علم النفس

برنامج للتدريب على مهارات تنظيم الذات
لتحسين الكفاءة الاجتماعية والأكاديمية
لتلاميذ الشق الثاني من التعليم الأساسي

رسالة مقدمة لنيل درجة دكتوراه الفلسفة في التربية
(تخصص علم النفس التعليمي)

إعداد الطالبة
خديجة خليفة سالم القماطي

إشراف

أ.د. شادية أحمد عبد الخالق د. شهيناز إسماعيل عبد الهادي
أستاذ علم النفس مدرس علم النفس
كلية البنات - جامعة عين شمس كلية البنات - جامعة عين شمس

2021م



جامعة عين شمس
كلية البنات للآداب والعلوم والتربية
قسم علم النفس

صفحة العنوان

اسم الباحثة : خديجة خليفة سالم القماطي

الدرجة العلمية : دكتوراه

القسم التابع له : علم النفس

اسم الكلية : كلية البنات للآداب والعلوم والتربية

سنة المنح : 2021م



جامعة عين شمس
كلية البنات للآداب والعلوم والتربية
قسم علم النفس

رسالة دكتوراه

اسم الطالبة: خديجة خليفة سالم القماطي

عنوان الرسالة: برنامج للتدريب على مهارات تنظيم الذات لتحسين الكفاءة الاجتماعية
والأكاديمية لتلاميذ الشق الثاني من التعليم الأساسي

اسم الدرجة : (دكتوراه)

لجنة الإشراف

الوظيفة: أستاذ علم النفس
كلية البنات - جامعة عين شمس
الوظيفة: مدرس علم النفس
كلية البنات - جامعة عين شمس

أ. د. شادية أحمد عبد الخالق

د. شهيناز إسماعيل عبد الهادي

تاريخ البحث : / / 2021

الدراسات العليا

أجيزت الرسالة بتاريخ / / 2021

ختم الجامعة

موافقة مجلس الجامعة

موافقة مجلس الكلية

/ / 2021

/ / 2020

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

﴿قَالُوا سُبْحَانَكَ لَا عِلْمَ لَنَا إِلَّا مَا عَلَّمْتَنَا
إِنَّكَ أَنْتَ الْعَلِيمُ الْحَكِيمُ﴾

صَلَّى
اللَّهُ
عَلَيْهِمْ
وَالْحَمْدُ

[سورة البقرة: آية 32]

مستخلص الدراسة

عنوان الرسالة:

برنامج للتدريب على مهارات تنظيم الذات لتحسين الكفاءة الاجتماعية والأكاديمية لتلاميذ الشق الثاني من التعليم الأساسي.

هدفت الدراسة إلى تصميم برنامج تدريبي لمهارات تنظيم الذات لدى عينة من تلاميذ الشق الثاني من التعليم الأساسي والكشف عن فاعلية برنامج للتدريب على مهارات تنظيم الذات في تحسين الكفاءة الاجتماعية والكفاءة الأكاديمية لدى تلاميذ الشق الثاني من التعليم الأساسي.

العينة: تكونت عينة الدراسة من (24) تلميذاً من الذكور من مدرسة جنزور الغربية بمدينة جنزور بليبيا. تم تقسيمهم إلى مجموعتين:

المجموعة التجريبية وعددها (12) تلميذاً، والمجموعة الضابطة وعددها (12) تلميذاً.

الأدوات: لتحقيق أهداف الدراسة تم تطبيق الأدوات التالية:

- مقياس المستوى الاجتماعي - الاقتصادي - الثقافي (إعداد محمد بيومي خليل، 2014).

- مقياس مهارات الذات إعداد الباحثة
- مقياس الكفاءة الاجتماعية إعداد الباحثة
- مقياس الكفاءة الأكاديمية إعداد الباحثة
- البرنامج التدريبي لمهارات تنظيم الذات إعداد الباحثة

النتائج: أسفرت نتائج الدراسة عن فاعلية برنامج التدريب على مهارات تنظيم الذات وتحسين الكفاءة الاجتماعية والأكاديمية لدى عينة الدراسة.

كلمات مفتاحية:

- مهارات تنظيم الذات
- الكفاءة الاجتماعية
- الكفاءة الأكاديمية
- المراقبة

Abstract of the Study

The study title: "A self-organization skills training program to improve the social and academic competence among the second-grade students of basic education.

The study aimed to design a training program for self-regulation skills among a sample of second-grade students of basic education and to uncover the effectiveness of a training program on self-organization skills in improving the social competence and academic efficiency among the second-grade students of basic education.

The sample: The study sample consisted of (24) male students from Janzour Western School in Janzour city, Libya, as they were divided into two groups: the experimental group, whose number is (12) students, and the control group, whose number is (12) students.

The study tools: to achieve the objectives of the study, the following tools were applied:

- The socio-economic-cultural level scale (prepared by Muhammad Bayoumi Khalil, 2014).
- The self-organization skills scale (prepared by the researcher).
- The social competency scale (prepared by the researcher).
- The academic efficiency scale (prepared by the researcher).
- The training program for self-regulation skills (prepared by the researcher).

The study findings: the study findings resulted in the effectiveness of the training program on self-organization skills and improving the social and academic competence of the study sample.

Key words:

Self-organization skills

Social Efficiency

Academic Efficiency

Adolescence

شكر وتقدير

الحمد لله رب العالمين، والصلاة والسلام على أشرف الخلق أجمعين سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم وعلى آله وصحبه أجمعين، وبعد..

قال الله تعالى: ﴿وَمَا بِكُمْ مِّنْ نَّعْمَةٍ فَمِنَ اللَّهِ﴾ [النحل: 53]

يطيب لي بعد إنجاز هذا العمل أن أسجد لله حمداً وشكراً على ما وهبني من عون وصبر من أجل إتمامه، والذي أرجوه أن يكون خالصاً لوجهه الكريم، وأن يرقني أجره. وامثالاً لقول الرسول الكريم ﷺ: "من لا يشكر الناس لا يشكر الله".

يطيب لي أن أقدم بالشكر والعرفان وعظيم الامتنان إلى الأستاذة الدكتورة/ شادية أحمد عبد الخالق أستاذ علم النفس بكلية البنات، لجهدا المبارك وتفضلها بالإشراف على هذه الرسالة، فكان لكريم صبرها، وجميل قولها، ودقة ملاحظاتها، وتوجيهاتها القيمة الدور الكبير في ظهور هذه الرسالة بهذه الصورة، فلها مني أبلغ الدعاء بأن يتمتعها الله بالصحة والعافية، وخالص الثناء على عطائها الكريم أثناء تشرفي بالتلمذ على يديها.

كما أخص بالشكر الدكتورة/ شهيناز إسماعيل عبد الهادي مدرس علم النفس بكلية البنات التي ساندتني وأعانتني وشجعتني لإنجاز هذه الدراسة، فجزاها الله عني وعن الباحثين خير الجزاء.

وإلى الأستاذة الكرام الذين قبلوا أن يناقشوا هذه الرسالة، من صاحبة القلب الكبير، والعطاء الوفير، الأستاذة الدكتورة ماجي وليم يوسف، والأستاذة الدكتورة نعمة السيد خليل، ولا شك أن ملاحظتهما وتوجيهاتهما التي ستؤخذ بعين الاعتبار أثر على إثراء هذا العمل العلمي.

كما أتقدم بالشكر والتقدير إلى قسم علم النفس بكلية البنات، جامعة عين شمس لما كان له من فضل علي في تسجيل هذه الرسالة والاستفادة من منشآتها ومكتباتها، والنهل من فيض علم علمائها، كما أتوجه بالشكر إلى الأستاذة المحكمين الذين أغنوا أدوات البحث بتوجيهاتهم وملاحظاتهم حتى خرجت بهذه الصورة.

كما أتقدم بالشكر إلى زوجي الذي كان خير سند لي، وأولادي الذين تحملوا عناء سفري وعانوا من انشغالي عنهم، فكل الشكر والتقدير لهم.

الباحثة

أولاً: قائمة الموضوعات

الصفحة	الموضوع
أ	الآية
ب	مستخلص الدراسة
ج	شكر وتقدير
هـ	أولاً: قائمة الموضوعات
ط	ثانياً: قائمة الجداول
ل	ثالثاً: قائمة الأشكال
م	رابعاً: قائمة الملاحق
1	الفصل الأول مدخل الدراسة
2	مقدمة
3	مشكلة الدراسة
5	أهداف الدراسة
5	أهمية الدراسة
7	التحديد الإجرائي لمصطلحات الدراسة
10	محددات الدراسة
11	المعالجة الإحصائية
12	الفصل الثاني الإطار النظري للدراسة
13	تمهيد
13	المحور الأول: البرنامج التدريبي
13	الاتجاهات النظرية المفسرة للخصائص السلوكية والمعرفية
13	الاتجاه التحليلي
14	الاتجاه السلوكي
15	الاتجاه المعرفي
15	الاتجاه المعرفي السلوكي البنائي
15	الاتجاه الفسيولوجي

الصفحة	الموضوع
16	الاتجاه الثقافي الاجتماعي
16	الاتجاه الإنساني
17	الاتجاه المعرفي السلوكي
18	مبادئ الإرشاد المعرفي السلوكي
18	إجراءات ومراحل الإرشاد المعرفي السلوكي
19	فنيات الإرشاد المعرفي السلوكي
23	المحور الثاني: مهارات تنظيم الذات
24	مفهوم تنظيم الذات
25	خطوات تنظيم الذات
26	التعلم المنظم ذاتياً
30	خصائص المتعلمين المنظمين ذاتياً
32	النظريات التي فسرت التنظيم الذاتي
32	أولاً: النظرية المعرفية الاجتماعية لباندورا
36	ثانياً: نظرية زيمرمان
38	ثالثاً: نظرية بياجيه للتنظيم الذاتي
40	رابعاً: نظرية فيجوتسكي
41	خامساً: نظرية براون
43	المحور الثالث: الكفاءة الاجتماعية
43	الكفاءة الاجتماعية
44	مفهوم الكفاءة الاجتماعية
48	نمو الكفاءة الاجتماعية
49	خصائص الكفاءة
49	مكونات الكفاءة الاجتماعية
51	أبعاد وعناصر الكفاءة الاجتماعية
53	مظاهر الكفاءة الاجتماعية باعتباره مرادفاً للذكاء الاجتماعي
54	أساليب تقدير الكفاءة الاجتماعية
56	الكفاءة الاجتماعية في ضوء بعض نماذج ونظريات علم النفس

الصفحة	الموضوع
63	المحور الرابع: الكفاءة الأكاديمية
63	مفهوم الكفاءة الأكاديمية
64	أبعاد الكفاءة الأكاديمية
64	أولاً: مهارات الاستذكار
70	ثانياً: مهارات إدارة الوقت
75	ثالثاً: مهارة التنظيم الذاتي للتعليم
78	رابعاً: إدارة وتحمل الضغوط الأكاديمية
82	المحور الخامس: مرحلة المراقبة
83	تعريف المراقبة
85	تحديد مرحلة المراقبة
86	العوامل المحددة لشكل المراقبة
87	التغيرات التي تصاحب مرحلة المراقبة
93	المطالب والحاجات الأساسية في مرحلة المراقبة
94	أهمية مرحلة المراقبة
95	الفصل الثالث دراسات سابقة
96	تمهيد
96	المحور الأول: دراسات تناولت مهارات تنظيم الذات لدى المراقبين
104	تعقيب على دراسات المحور الأول
106	المحور الثاني: دراسات تناولت الكفاءة الأكاديمية وعلاقتها بمتغيرات أخرى
116	المحور الثالث: دراسات تناولت الكفاءة الاجتماعية والكفاءة الأكاديمية والاثنين معاً
126	تعقيب على دراسات المحور الثالث
128	فروض الدراسة
130	الفصل الرابع منهج الدراسة وإجراءاتها
131	تمهيد
131	منهج الدراسة
131	إجراءات الدراسة

الصفحة	الموضوع
131	عينة الدراسة
137	أدوات الدراسة
179	خطوات الدراسة
180	الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة
181	الفصل الخامس نتائج الدراسة ومناقشتها
182	الإحصاء الوصفي لمتغيرات الدراسة التجريبية
182	الإحصاء الوصفي لدرجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس مهارات تنظيم الذات ومقياس الكفاءة الاجتماعية ومقياس الكفاءة الأكاديمية
183	نتائج الفرض الأول
185	نتائج الفرض الثاني
188	نتائج الفرض الثالث
191	نتائج الفرض الرابع
193	نتائج الفرض الخامس
196	نتائج الفرض السادس
199	نتائج الفرض السابع
201	نتائج الفرض الثامن
204	نتائج الفرض التاسع
206	تفسير ومناقشة نتائج الدراسة
209	التوصيات
211	دراسات وبحوث مقترحة
212	قائمة المراجع
233	الملاحق
350	الملخصات
351	ملخص الرسالة باللغة العربية
	ملخص الرسالة باللغة الإنجليزية