جامعة المنصورة
كلية التربية

تباين عادات الاستذكار بين طلاب مدارس التعليم العام العادية واللغات

إعداد

إعداد/ فاطمة السيد الشربيني أحمد

إشراف

أ.د/ فتحي مصطفى الزيات
أستاذ علم النفس المعرفي وصعوبات التعلم
(رحمه الله تعالي)
كلية التربية _ جامعة المنصورة

أ.د/علاء محمود جاد الشعراوي
أستاذ علم النفس التربوي
ورئيس قسم علم التفس التربوي السابق
كلية التربية _ جامعة المنصورة

د/ سهام شوقي محمود محمد
مدرس علم النفس التربوي
كلية التربية _ جامعة المنصورة

مجلة كلية التربية – جامعة المنصورة

العدد ١١٩ – يوليو ٢٠٢٢

تباين عادات الاستذكار بين طلاب مدارس التعليم العام العادية واللغات

فاطمة السيد الشربيني أحمد

ملخص البحث:-

استهدف البحث الحالي الكشف عن تباين عادات الاستذكار بين طلاب مدارس التعليم العام العادية واللغات، وتكونت عينة الدراسة من (١٢٧٠) طالباً وطالبة من مدارس التعليم العام العادية واللغات، بمحافظة الدقهلية من تلاميذ الصفوف الرابع والسادس الإبتدائي، والثاني الإعدادي، وطلاب الثاني الثانوي، وطبق عليهم مقياساً لعادات الاستذكار، إعداد الباحثة، وأسفرت النتائج عن وجود تباين دال إحصائياً بين طلاب مدارس التعليم العام "العادية واللغات" لصالح طلاب مدارس التعليم العام "العادية"، حيث كانت قيم "ف" دالة عند مستوى ٠,٠١، ولتحديد اتجاه الدلالة في عادات الاستذكار بين طلاب مدارس التعليم العام "العادية واللغات"، تم استخدام اختبار "توكي" للمقارنات المتعددة بين توسطات، وأسفر ذلك عن وجود تباين لعادات الاستذكار في إدارة الوقت وتدوين الملاحظات والمراجعة، لدى طلاب وطالبات مدارس التعليم العام (المرحلة الابتدائية والاعدادية والثانوية) العادية واللغات.

الكلمات المفتاحية: *عادات الاستذكار، مدارس التعليم العام "العادية واللغات".*

مقدمة الدراسة:

تعتبر عملية الاستذكار من الممارسات المهمة التي تصاحب عملية التعلم وتتضمن أبعاداً عقلية معرفية ومهام وإجراءات غير معرفية، وهذه المهام تنتمي إلى ما يطلق عليه عادات، فعملية التعلم في ذاتها عملية معقدة تتداخل فيها جوانب شتى منها العقلية ومنها الوجدانية، منها ما يتعلق بسمات شخصية المتعلم، ومنها ما يتعلق بظروف المكان والزمان ونوع المعرفة (حمدي علي الفرماوي، ٢٠٠٢، ١٨٩).

ويبدأ الاستذكار بسلوك متعلم ثم يتسم هذا السلوك بالكفاءة، وله هدف هو الإنجاز والتحصيل، فيصبح سلوكاً ماهراً، فإذا ما تكرر بشكل آلي يصبح عادة وفق قوانين ونظريات التعلم السلوكية، وإذا تم الاختيار من بين تلك السلوكيات والعادات والتنظيم للإجراءات يكون الطالب بصدد اتخاذ استراتيجية في الاستذكار (محمد عبدالسميع رزق، ٢٠٠١، ٣).

والعادة هى شكل من أشكال النشاط كان في أول الأمر خاضعاً للإرادة ومشعوراً به، ولكنه أصبح آلياً بالتكرار، وتساعد العادة على توفير الجهد والوقت، ولكن من المحتمل أنها تظل مستمرة بعد أن يزول ويختفي الهدف الأصلي منها (سناء محمد سليمان، ٢٠٠٥، ١٥).

وتشير عادات الاستذكار الفعالة إلى المواقف التي يذاكر فيها الطالب بانتظام لإنجاز واجباته الدراسية والتمكن من التعلم الذي يؤدي إلى النجاح من خلال نمط ثابت من السلوك، ويعزي جانب من الأداء الأكاديمي العالي للطلبة إلى ممارسة عادات الاستذكار الفعالة، وأن تحسين عادات الاستذكار وما يرتبط بها من مهارات وتقنيات للطلبة الذين يفتقدون إلى مثل هذه العادات يمكن من أن يعزز أدائهم الأكاديمي (ناجي محمود النواب، اياد هاشم محمد،٢٠١٤، ٤).

والنجاح بصفة عامة يعتمد على استذكار الطالب بصورة فعالة، وعلى قدراته المرتبطة بالمواد الدراسية، وايجابية اتجاهاته نحوها، وينتج عن ذلك ارتفاعاً في درجة الثقة بالنفس، وتحسناً في درجة دافعية الإنجاز والتحصيل يعد أساساً لمزيد من النجاح في المستقبل، وفي المقابل فإن نتائج عادات الاستذكار الضعيفة تتمثل في الإحباط، وانخفاض المعدلات الأكاديمية، والرسوب، واستنزاف الوقت بدون فائدة (عـــلاء محمود الشعــراوي، ٢٠١١، ٢١٣).

وهناك ثلاثة عناصر إذا توافرت لدى الطالب كانت عادات استذكاره جيدة، وهى: المعرفة وتعني توافر المعلومات والمعارف التي يجب عليه استذكارها والأدوات التي يستخدمه، والمهارة وتعني كيفية الاستذكار عن طريق استعمال الأساليب الجيدة في الاستذكار وإدارة الوقت بكفاءة، والدافعية للاستذكار وتعني توافر الرغبة لدى الطالب في الإنجاز والمثابرة حتى يتوصل للهدف (رضا عبدالرازق جبر، ٢٠٠٨، ٣١).

وأن تحسين وتطوير عادات الاستذكار يجعل الطالب أكثر فاعلية في استخدام الوقت ومصادره وامكانياته الأكاديمية، ويكون قادراً على التعلم بسهولة ويحتفظ بما تعلمه لمدة أكبر وتجعله يشعر بأن العمل والمجهود الذي يبذله له فائدة ويدفعه إلى بذل المزيد من الجهد (O' Donoghue, 2006, 1).

ويتضح مما سبق أن عادات الاستذكار لها تأثير فعال لدى جميع الطلاب الممارسين لها، وذلك فى المراحل التعليمية المختلفة حيث تسهم عادات الاستذكار في معرفة الــصعوبات التـــي يعاني منها الطلاب في دراستهم الأكاديمية وتفاديها والتغلب عليها، كما تجعلهم أكثر قدرة علـــى التعلم واكتساب المعرفة وارتفاع الثقة بالنفس، وتحسناً في مستوى دافعيـــة الإنجـــاز والتحـــصيل الأكاديمي لديهم.

وقد قامت الباحثة بتحديد عادات الاستذكار التي تتناسب مع عينة البحث من خلال قيامها بعمل دراسة استطلاعية على عينة من طلاب مدارس التعليم العام (الابتدائي والإعدادي والثانوي)، وكذلك الأدبيات والدراسات السابقة التي تناولت هذا الموضوع، وهذه العادات هي: التنظيم والتلخيص، إدارة الوقت، تدوين الملاحظات، القراءة الجيدة المراجعة.

وعلى الرغم من كثرة الدراسات والبحوث العربية والأجنبية التي أجريت في فترات سابقة للتعرف على مدى تباين عادات الاستذكار بين الطلاب، ما تزال هناك ضرورة ماسة لمعرفة المزيد منها لأهمية ذلك عند المهتمين بقضايا التعليم وإن إغفالها قد يتسبب في ظهور مشكلات مثل التسرب، والرسوب، والتحويل من تخصص لآخر، وهذا يشكل هدراً تربوياً بأبعاده البشرية والأكاديمية والاقتصادية.

مشكلة الدراسة:

تعتبر رعاية الطلبة ومساعدتهم في التغلب على معوقات التحصيل، حاجة اجتماعية ووطنية، لحمايتهم وتحصينهم من الآثار السلبية للفشل الدراسي الذي تكمن خطورتة في إمكانية تعرض الطلبة إلى الكثير من المشكلات الاجتماعية والأخلاقية كالإدمان وارتكاب جرائم السرقة وغيرها من المشكلات، في حين أن رعاية الطلبة، وتوفير الخدمات والبرامج التربوية تسهم في تنمية قدراتهم ومهاراتهم ومن شأنها أن تحقق النمو السليم والمتكامل لمختلف جوانب شخصية المتعلم معرفياً واجتماعياً وانفعالياً وأخلاقياً وجسدياً، وبالتالي تقدم المجتمع وتطوره بشكل أفضل (Thompson & Vance, 2001, 227)

ويعد التعليم مسعى بشري مهم لتحقيق الكمال، فهو المفتاح الأساسي لجميع عمليات التنمية وخاصة تنمية وتطوير الإمكانات البشرية المادية والروحية، وصقل الإحساس والتصورات واستقلال العقل والروح، ويسعى الوالدين لتحقيق تعليم أفضل لأبنائهم من خلال دعمهم وتشجيعهم بشكل متواصل وتلبية احتياجاتهم، مما يؤدي إلى زيادة الثقة بالنفس والمهارات العلمية ويزيد من فرص النجاح والتحصيل الأكاديمي لأبنائهم (Bashir & Majeed, 2016, 105).

لاحظت الباحثة توجه شديد من أولياء الأمور في تعليم أبنائهم في مدارس (الحكومية التجريبية للغات أو الرسمية للغات، أو المدراس الخاصة المتميزة للغات)، وهذه المدارس يعتمد النظام التعليمي فيها على تدريس المواد التعليمية باللغة الإنجليزية أو الفرنسية، وهى اللغة الثانية غير اللغة الأصلية التي يتعلمها الطفل بعد أن يتعلم لغته الأولى، وهى مستويات مختلفة من حيث كم

وكيف تعليم هذه اللغات، وتتداخل فيها عوامل كثيرة تؤثر في عملية اكتساب الطلاب للغة الأجنبية. وقد تحتاج هذه المواد الدراسية من مهارات استذكار مناسبة لها وكذلك أساس من مفردات وقواعد في اللغة، فعلى الطالب أن يحرص أن يكون لديه رصيد كافي من المفردات والقواعد، وعليه أن يراجع المعلومات التي أخذها من قبل، وكل ذلك يكون قبل وقت الاختبار التحصيلي بفترة طويلة حتى يتاح له الوقت المناسب.

وفي ضوء ما سبق تتحدد مشكلة الدراسة في التساؤل التالي:

١- هل تتباين عادات الاستذكار تبايناً دالاً إحصائياً بتأثر تفاعل المدرسة (عادية/ لغات) والمرحلة (إبتدائي _ إعدادي _ ثانوي) والتفاعل بينهما؟.

هدف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى تعرف مدى تباين عادات الاستذكار بين طلاب مدارس التعلـــيم العام العادية واللغات، بتباين المدارس والمراحل التعليمية.

أهمية الدراسة:

١- توجه الدراسة نظر المعلمين إلى أهمية التعرف على مدى تباين عادات الاستذكار بين طلاب مدارس التعليم العام "العادية واللغات".

٢- تبرز أهمية هذه الدراسة من خلال نتائجها والاستفادة من معرفة أسباب تباين عادات الاستذكار بين طلاب مدارس التعليم العام "العادية واللغات".

مفاهيم الدراسة:

عادات الاستذكار Study Habits:

يعرفها مصطفى محمد علي الحاروني (٢٠٠٥، ٧) بأنها هى مجموعة متنوعة من الطرق التي يسلكها المتعلم خلال معالجته للمعلومات أو أدائه للمهام المعرفية المختلفة.

وتعرفها الباحثة بأنها مجموعة من الأساليب يستخدمها المتعلم ويلتزم بها يومياً أثناء مذاكرة المقررات الدراسية لكي يصل إلى مستوى من الفهم والتمكن والاتقان. والمقياس المستخدم في الدراسة الحالية يرصد مدى توجه الطالب نحو أبعاد خمسة تمثل الأنماط السلوكية لعادات الإستذكار، إضافة إلى قدرته على تحديد مدى توجه المتعلم نحو عادات جيدة أو غير جيدة في أنشطة الإستذكار.

حـــدود الدراســـة:

١- حدود زمنية: الفصل الدراسي الثاني للعام (٢٠١٧- ٢٠١٨).

٢- حدود مكانية: تمثلت في المدارس التابعة لإدارتي غرب وشرق المنصورة التعليمية بمحافظة الدقهلية.

٣- حدود بشرية: تتمثل في عينة الدراسة، والتي تكونت من ١٢٧٠ طالباً وطالبة بالصفوف التعليمية: الصف الرابع والسادس الابتدائي، والثاني الاعدادي، والثاني الثانوي.

الإطار النظري للدراسة:

إن عادات الاستذكار هى مجموعة من الأساليب والطرق المحددة التي يتبعها الطالب وتتكون خلال سنوات دراستة، ويمكن أن تكون عادات استذكار جيدة تتمثل في أن يكون منظماً، يحتفظ بملاحظات جيدة، يحرص على قراءة الكتب المدرسية، الاستماع الجيد للمعلم في الفصل، وعمل الواجبات يومياً، الاستخدام الجيد للمكتبة، أما عادات الاستذكار الغير جيدة تتمثل في تخطي الصف، الإهمال في عمل الواجبات وتراكمها، فعادات الاستذكار تجعل المتعلم مثالياً في اكتساب المعرفة وتطور أداءه تجاه الأشياء وتقلل من إهدار الوقت والجهد، ولتحسين الأداء الأكاديمي للطلاب يجب من تحسين عاداتهم الدراسية بدونها لا يمكن تحقيق النتائج (Verma, 2016,76).

ويحتاج الطلاب في جميع مراحلهم التعليميه إلى معرفة وإتقان عادات الاستذكار لما لها من أثر كبير على مستواهم الدراسي، ويلقى الأساتذة بالعبء الأكبر فيما يتعلق بتحصيل المعلومات، والمهارات التي اكتسبوها وتعلموها بالمحاولة والخطأ، أو بالتقليد للآخرين، خلال مراحل التعليم السابقة، لذا يحتاج الطلاب لمن يرشدهم من أجل معرفة العادات الصحيحة والابتعاد عن العادات الخاطئة، مما يبعث في المتعلم متعة معرفة المزيد عن الأشياء والموضوعات التي يهتم بها، وهذه المعلومات بدورها ستنمى ثقته بنفسه، وتساعده على الشعور بالفخر من إنجازه لمهام التحصيل المختلفة (محمد عبد السميع رزق، ٢٠٠١، ٨١).

ويعد الاستذكار من عمليات التعلم المهمة التي لا غنى للطالب عنها في أي مجال من مجالات العلوم المختلفة، نظراً لأن معرفة الطالب بطرق الاستذكار تساعده على معرفة الصعوبات التي يعاني منها في دراسته الأكاديمية (Hagedorn, 2000, 133).

وتؤثر العادات الجيدة للإستذكار بشكل إيجابي وملحوظ في مستوى التحصيل، وكذلك عامل النشاط والحيوية والمجهود الذاتي، وعامل الإنتباه والفهم والتنظيم والتركيز والملاحظة والإستنتاج وتوزيع الجهد بدلاً من الجهد المركز الذي يؤدي إلى التعب والأرهاق والملل (أمنية مالك محمد، ٢٠١٨، ٢٨).

وهناك بعض الصعوبات التي يمكن أن تعوق المذاكرة والتي يجب أن يكتشفها الطالب ويحاول التغلب عليها حتى يستطيع أن يتقن المذاكرة الفعالة، وأهم هذه الصعوبات هي: عدم القدرة على التركيز أثناء المذاكرة فيفقد الوقت في التنقل من درس إلى آخر دون أن يذاكر شيئاً. تراكم الدروس وعدم القدرة على تنظيم الوقت للانتهاء منها. كراهية بعض المواد الدراسية وتصديق الفاشلين الذين يخوفون زملاءهم ويصورونها على أنها صعبة لا يمكن تجاوزها. مصاحبة أصدقاء السوء الذين يضيعون الوقت في اللهو واللعب دون تقدير لأي مسئولية. القلق والتوتر الناتجان عن المشكلات الأسرية أو العاطفية والتي تشتت الذهن وتضعف من القدرة على الاستذكار الجيد (سناء محمد سليمان، ٢٠٠٥، ٥٩).

ويشير هونج ولي (Hong & Lee, 2000, 132) إلى مجموعة من الطرق المثلى والحديثة لعملية الاستذكار وفهم الموضوعات، وهذه الطرق تختلف باختلاف طبيعة ومجال الموضوع، وكذلك طبيعة الطالب وطريقة تفكيره، منها: قراءة الموضوع وإعادة شرحه بصورة كتابية، مناقشة الموضوع مع آخرين، قراءة الموضوع وإعادة شرحه بصوت عالي، أمثلة محلولة، التكرار القائم على الفهم والتميز، أسئلة وأجوبة، الحاسب الآلي، التجارب المعملية، حل المسائل.

ويشير زكريا أحمد الشربيني ونجيب محفوظ أبو بكر (٢٠٠١، ١١٨) أن تعامل الطالب مع الواجبات المدرسية وأسلوب مذاكرته ورغبته في المدرسة وحبه لمعلميه، كل هذه متغيرات تؤدي دوراً مهماً في تعامل الطالب مع المنهج المدرسي من بداية تلقيه من المعلم، ومروراً بالواجبات المدرسية وإنتهاءاً بكيفية التعامل مع درجات التحصيل بعد الإمتحان، وقد يتعثر بعض الطلبة في حياتهم الدراسية بسبب الجهل وعدم الوعي بطرق الدراسة الفعالة وفقدان الاتجاهات الإيجابية داخل قاعات الدراسة أو في أماكن الاستذكار وقد يصل بهم الأمر إلى قلق الدراسة وقلق الامتحانات.

ويذكر بيلي وأنوجبوزي (Bailey & Onwuegbuzie, 2001, 12) بعض العادات الدراسية الغير جيدة التي تميز الطلاب منخفضي التحصيل منها أنهم: يستدعون الكثير من المعلومات غير المتصلة وغير المهمة إلى ملاحظتهم، لا يطلبون مساعدة معلميهم عندما يجدون صعوبة في درس من دروسهم، يتجاهلون ملاحظات المعلم في الفصل، لا يذاكرون إلا إذا كانت حالتهم المزاجية جيدة، يميلون إلى الرسم العابث عندما يحاولون الاستذكار، لا يبحثون عن معنى كلمة في القاموس حتى عندما تكون الكلمة غير مفهومة.

وتوصلت دراسة سلات وزملائه (Slate; Jones & Harlan; 2002; 57) إلى أن هناك عادات استذكار غير فعالة يتبعها الطلاب أثناء استذكارهم للمقررات الدراسية مثل: قراءة صفحات عديدة دون معرفة محتواها، عدم الاحتفاظ بدفتر ملاحظات يدونون فيه الكلمات الجديدة ومعانيها، عدم القيام بعمل رسومات توضيحية أو مخططات لتبسيط ما يذاكرونه، القراءة البطيئة جداً لدرجة أنهم لا يستطيعون إكمال واجباتهم في الوقت المحدد.

ويعرف إبراهيم الشافعي إبراهيم ومحمد عبدالله آلعمرو (٢٠٠٧، ١٦) عادات الإستذكار بأنها الطرق والأساليب التي يتبعها الطالب في اكتساب المعلومات والمهارات والتي كونها على نحو فريد متعلم ومكتسب، وقد اكتسبت صفة الدوام النسبي لما حققه الطالب من خلالها من نجاح دراسي. ويصفها كريد وكونصل (Crede & Kuncel, 2008, 425) بأنها أساليب متعددة للدراسة يستعملها الطالب أثناء استذكاره للمواد الدراسية بشكل يومي، وتعتمد على تنظيم الوقت في بيئته والتي تساعد على حدوث عملية التعلم. ويصفها لورانسي (Lawrence, 2014,143) بأنها مجموع كل الأساليب والأغراض المحددة وفرض الممارسات التي يستخدمها الطالب أثناء الدراسة من أجل التعلم.

مبادئ وأسس الاستذكار

توجد مجموعة من المبادئ التي لا غنى عنها في عملية التعلم والاستذكار، والتي تساعد في استيعاب المواد المراد استذكارها وعدم نسيانها، وهذه المبادئ تشمل:

١. التكرار: أن عملية الاستذكار من العمليات المعقدة التي تتصل بالتفكير الذهني، والتي تحتاج في العادة إلى التكرار المستمر، والمقصود هنا ليس أي تكرار بل يجب أن يكون هذا التكرار متصلاً ومقترناً بالتركيز والانتباه والملاحظة وقائم على الفهم والتمييز، ومقترناً بمعرفة الطالب لمدى فهمه وتقدمه في تحصيله للعلم الذي أمامه (Jiao & Onwuegbuzie, 2000, 4).
٢. الممارسة الموزعة: بحيث تتم عملية التعلم على فترات زمنية يتخللها فترات من الراحة، فالقصيدة التي يلزم لحفظها عدة ساعات، يكون تعلمـــها أسهل وأكثر ثباتاً أو رسوخاً في ذهن المتعلم، إذا قسم هذه الساعات على عدة أيـــام بدلاً من حفظها في جلسة واحدة مركزة (سناء محمد سليمان، ٢٠٠٥، ١٨).

٣. الطريقة الكلية: تعتمد على أساس أن الطالب يقوم بدراسة المادة من أولها إلى آخرها مرة واحدة رغم تعدد فقراتها، حتى يصل إلى دراسة الفكرة كلياً وحفظها (محمد الشيخ حمود، ١٩٩٩، ٢٠٣).

٤. التسميع الذاتي: عملية يتم فيها تلخيص الأفكار الرئيسية بصوت مسموع لتثبيتها في الذاكرة تمكن المتعلم من ترجمة الأفكار باللغة الذاتية، وحفظ المعلومات في الذاكرة لفترات طويلة (عبدالمنعم أحمد الدردير، جابر محمد عبدالله، ٢٠٠٥، ١٠١).

٥. الإرشاد والتوجية: عملية واعية بناءة ومخططة، تهدف إلى مساعدة وتشجيع المتعلم لكي يفهم ذاته ويدرس شخصيته جسمياً وعقلياً واجتماعياً، ويفهم خبراته، ويحدد مشكلاته وينمي إمكاناته، ويتخذ قراراته ويحل مشكلاته لكي يصل إلى تحقيق السعادة والتوافق مع نفسه ومع الآخرين (حامد عبدالسلام زهران، ٢٠٠٥، ١٢).

٦. معرفة النتائج (التغذية الراجعة): هي نوع من المعلومات التي تقدم للمتعلم بعد الإنتهاء من استجابتة ونشاطه، ويعتمد المتعلم فيها على توجيه وتقويم خارجي ينبئه بمدى نجاحه في تعلمه أو أداءه (عباس نوح سليمان، ٢٠١٥، ٢٢٥).

٧. النشاط الذاتي: الجهد العقلي أو البدني الذي يبذله المتعلم ويشارك فيه برغبته في سبيل إنجاز هدف ما، وإشباع حاجاته وفق خطة مقصودة ومخطط لها (ملحقة سعيدة الجهوية، ٢٠٠٩، ٨).

٨. الفهم والتنظيم: عملية يقوم فيها الطالب بتلخيص المادة بلغته الخاصة ويقسمها بصورة مناسبة، يبحث فيها عن أوجه التشابه أو التضاد، ويحاول إدماج هذه الأقسام في وحدات متكاملة تسلسلية يجعل لها معنى يسهل فهمها (Smith, 2000, 24).

٩. انتقال أثر التعلم: إمكانية استخدام المتعلم ما لديه من معلومات تم استيعابها واستخدامها في عمل استنتاجات واستقراءات في المواقف الجديدة، أو حل مشكلات لم تمر به من قبل، أو اتقان كثير من الحقائق دون تدريب عليها، حيث كلما اتسعت حصيلة الطالب من المفردات تزداد قدرته على استنتاج معاني الكلمات، وتحليل الكلمات إلى الحروف التي تتكون منها (رجاء محمود أبوعلام، ٢٠٠٤، ٢٠٨).

١٠. التدعيم: إمكانية مساعدة المتعلم على إنجاز وتحقيق أعلى مما يستطيع تحقيقه بمفرده من خلال بناء مهارات وتدريبات تساعده أو تجعل ذلك سهلاً عليه، والفكرة الضمنية في هذا

النـــــوع من التعليـــم هى أن المعلم يمكن المتعلم من المشاركة في المهام المعقدة التي لا يستطيع أن ينجزها بمفرده (عـــــلاء محمود الشعـــــراوي، ٢٠١١، ١٧٦).

١١. الثقة بالنفس: تعد محور سمات الشخصية السوية القادرة على التفاعل الاجتماعي والتكيف السليم وقد يتأثر نموها أو تضعف من خلال أساليب التربية والتنشئة غير السليمة، فثقة الطالب بنفسه تعتبر مؤشراً على تفوقه، أما ضعف الثقة بالنفس فتجعله يتردد في القيام بمهمة ما أو حل مسألة ما مع أنه في الوقت نفسه قادر على أدائها، فلا يكفي أن تكون لديه معلومات معرفية ومهارات لازمة لأداء العمل بل يجب أن يكون مؤمناً بنفسه وبقدرته على الأداء الجيد (لطيفة سعيد المبروك، ٢٠١٧، ٧٧).

وقد قامت الباحثة بتحديد بعض عادات الاستذكار التي تتناسب مع عينة البحث، وهذه العادات هي:

١) التنظيم والتلخيص:

نزعة فطرية تولد لدى الأفراد بحيث تمكنهم من تنظيم خبراتهم وعملياتهم المعرفية في بنية نفسية Psychological Structures، فالتنظيم ينطوي على عمليات الجمع والترتيب وإعادة التشكيل للأفكار والخبرات لتصبح نظاماً متكاملاً، فالأفراد يولدون ولديهم بعض القدرات التنظيمية البسيطة التي تتطور وتتشابك لتصبح أنظمة أكثر تعقيداً، كـــالتركيز البصري أو الإمساك بالأشياء، ومن خلال النمو يصبح الفرد قادراً على تنظيم هذين البنائين في بنية معرفية أكثر تعقيداً تتمثل في إمساك الأشياء بينما هو ينظر إليها (عماد عبد الرحيم الزغلول، ٢٠١٢، ١٨١).

ويشمل التنظيم لمادة التعلم الأساسية على تصنيف وانتقاء الفكرة الرئيسية من النص وتجميع المعلومات المرتبطة وفقاً للخصائص العامة، أما مادة التعلم المعقدة فتشمل تحديد وتخطيط المعلومات وخلق علاقات مكانية باستخدام استراتيجيات، مثل: تخطيط خريطة للأفكار الهامة، أو تركيبات شارحة للنصوص، وهذه الطريقة تؤدي إلى فهم أعمق للمادة التعليمية (Hofer & Yu, 2003, 31).

وتعرف عادة التلخيص بأنها مختصر يقوم به المتعلم يتضمن المجمل العام لمحتوى الدرس شاملاً العناصر الأساسية محل التدريس، من نقاط مفتاحية أساسية مثل الاصطلاحات، التعاريف، القواعد، القوانين، الإجراءات، وغيرها من عناصر هذا المحتوى(حسن حسين زيتون، ٢٠٠٦، ٥٠٣).

وتؤدي كثرة المعلومات في المادة الدراسية إلى أن يتوه الطلاب فيها من خلال كثرة التفاصيل، وإن إعداد ملخص لها يمكنهم من أن يروا الصورة الكلية، ومن خلال البحث عن الأفكار الرئيسية، والتفاصيل الجوهرية ذات العلاقة يصبح الطالب أكثر قدرة على القراءة، والاستماع الواعي، ومن الممكن أن تكون الملاحظات على هيئة عمودين وهذا أبسط أنواع الملخصات، بحيث تكون الأفكار الرئيسية في العمـــود الأيسر، وتكون المادة الدراسية في العمود الأيمن (إبراهيم الشافعي إبراهيم، محمد عبدالله آل عمرو، ٢٠٠٧، ٩).

ويمكن أن تعرف الباحثة عادة التنظيم والتلخيص بأنها ترتيب مكان الاستذكار وتحديد النقاط الرئيسية في المادة التعليمية وتنسيق المعلومات وذلك عن طريق عمل المخططات والجداول والأشكال وتكوين أفكار مختصرة جديدة معروفة بالنسبة للمتعلم. فكلما زاد تنظيم المادة سهل عملية استذكارها، ويكون ذلك عن طريق تلخيصها، وتبسيطها.

٢) إدارة الـــــوقت:

تعرف إدارة الوقت بأنها التخطيط الأمثل للوقت فيما يعود بالفائدة على الفرد والمجتمع، سواء وقت العمل أو الدراسة (راشد القصيبي، ٢٠٠٣، ١٢٨).

وتتطلب إدارة الوقت تنظيم وضبط ذاتي حتى تصبح عادة يومية، فتصبح الجداول والخطط الخاصة بتنظيم الوقت عديمة الفائدة إذا لم يتم اتباعها وتنفيذها بكل دقة، فتنظيم الوقت لا يقصد به وضع خطط زمنية لا يحيد عنها المتعلم، وإنما الهدف منه وضع تخطيط يساعد على سير الحياة بصورة سهلة، فالإلتزام الدقيق بالوقت يجعل المتعلم لا يستطيع إكمال أو فهم شيئاً معيناً ضرورياً، وعدم الإلتزام بالوقت يجعله لا يقوم بأداء بعض الأعمال المطلوبة (عبد المنعم أحمد الدردير، جابر محمد عبد الله، ٢٠٠٥، ٩٦).

وترجع أهمية إدارة الوقت في: تنفيذ المهام والأعمال الهامة بأقل جهد وأقصر وقت، وتحديد الأولويات وإنجاز أهم الأعمال في حياتنا، والاستفادة من الوقت الضائع واستغلاله جيداً للتغلب على الإجهاد والإحباط الذي يقلل من كفاءة العمل (طارق محمد سويدان، محمد أكرم العدلوني، ٢٠٠٤، ١٦).

ويمكن أن تعرف الباحثة إدارة الوقت بأنها جدولة الوقت وتقسيمه في صورة تتيح الاستخدام الأمثل له خلال فترة زمنية محددة .

٣) **تـــــدويـــن الملاحـــــــــظات:**

هى من الآليات الضرورية للاستذكار، لأن المتعلم لا يستطيع بأي حال من الأحوال حفظ الدرس كاملاً، فتساعده الملاحظات التي يدونها بأسلوبه وبكلماته وتنظيمه الخاص على تذكر أكبر قدر من المعلومات، لذلك تعتبر عادة تدوين الملاحظات من العادات المهمة التي يكتسبها المتعلم في بداية مراحل تعلمه، لتساعده في إدخال المعارف والمعلومات إلى الذاكرة وتخزينها ثم استرجاعها عند الحاجة (محمد حسين سعيد، ٢٠٠٧، ٢٩٢).

وتظهر هذه العادة عندما يهتم المتعلم بكتابة التعليقات التي يذكرها المعلم أثناء الشرح، مما يساعده على تركيز الانتباه والتخلص من التشتت ويضمن له حسن المتابعة لا سيما إذا كانت هذه الملاحظات مفسرة للعبارات الغامضة، وموضحة للأفكار المبهمة مما يمنع حدوث لبس أو خلط المعاني التي قد تكون متضمنة في موضوعات المادة المتعلمة (جليلية عبد المنعم مرسي، ٢٠٠٩، ١١٠).

لذا يحتاج أي شكل من أشكال تدوين أو تسجيل الملاحظات إلى تجميـــع المعلومات وتصنيفها في فئات أو من خلال استخدام الكروت، أو إذا كان الطالب لديه جهاز كمبيوتر شخصي، فهذا يساعده في تسجيل المعلومات على شكل قواعد للبيانات، وتنظيمها، ومراجعتها، وتحديثها، وإضافة الجديد إليها، والمعلومات بهذه الصورة تصبح أكثر سهولة في التناول، والتحديث، والاستخدام، وهكذا تعتبر عادة تدوين الملاحظات من العادات السلوكية التي يمارسها المتعلم والتي تسهم في تثبيت ما تم تعلمه لفترات زمنية طويلة (علاء محمود الشعراوي، ٢٠١١، ٢٢٢).

وتعرف الباحثة عادة تدوين الملاحظات بأنها من العادات السلوكية التي يمارسها المتعلم والتي تسهم في تثبيت ما تم تعلمه لفترات زمنية طويلة، فهى تعتمد على تسجيل الأفكار والمعلومات الهامة في المادة الدراسية على شكل نقاط رئيسية تسهل عملية الفهم لمكونات الدرس التعليمي، وتعتبر وسيلة مضمونة لتجنب سرعة نسيانها.

٤) **القراءة الجيدة:**

القراءة هى أعظم وسيلة تعلم عرفها الإنسان، فيستطيع الفرد بالقراءة كسب المهارات وتغيير المعتقدات، وتوسيع المدارك وبلوغ الطموحات، فهى العصا السحرية التي تجعل الخطباء أكثر تميزاً وتألقاً عن غيرهم، وهكذا بدأ الخطاب السماوي والتوجيه الإلهي للنبي j

بكلمة إقرأ كانت نقطة البداية وركيزة الانطلاق لرسالة سماوية ختامية. كما في قوله تعالى ﴿ٱقۡرَأۡ بِٱسۡمِ رَبِّكَ ٱلَّذِي خَلَقَ (١) خَلَقَ ٱلۡإِنسَٰنَ مِنۡ عَلَقٍ (٢) ٱقۡرَأۡ وَرَبُّكَ ٱلۡأَكۡرَمُ (٣) ٱلَّذِي عَلَّمَ بِٱلۡقَلَمِ (٤) عَلَّمَ ٱلۡإِنسَٰنَ مَا لَمۡ يَعۡلَمۡ (٥)﴾، سورة العلق الآية (١-٥).

وتتطلب القراءة الجيدة سلسلة من أنماط التفكير التي تحتاج إلى ممارسة وتمرين لتثبيتها في العقل، وهذه السلسلة تتلخص في العمليات التالية: التمييز جيداً للرموز الأبجدية، والاستيعاب للفحص والفهم، والتكامل الداخلي وهو الفهم الأساسي المستخلص من المادة المقروءة، التكامل الخارجي ويعتمد على التحليل والنقد والتقدير والإختيار والرفض، والإحتفاظ وتخزين المعلومات في الذاكرة، والقدرة على إستدعاء المعلومات من الذاكرة، والإتصال المنطوق أو المكتوب (بيتر شيفرد، ٢٠٠٦، ١١).

وللحصول على صورة عامة عما يدرسه الطالب قبل دراسته والتعمق في تفاصيله، يعتبر بذلك الخريطة التي يهتدي بها الطالب قبل أن يبدأ في السير، وتمثل هذه الخريطة أفضل شيء يمكن أن يهتدي به الطالب قبل البدء بالسير في طريق جديد عليه (عـــلاء محمود الشعـــراوي، ٢٠١١، ٢١٧).

وتعرف الباحثة عادة القراءة الجيدة بأنها نشاط من الأنشطة اللغوية الأساسية يقوم في أساسه على اللفظ الشفوي للكلمات التي تظهر من خلال التدريب على نطق الأحرف والكلمات والفقرات، فهي تعتمد على اكتساب المتعلم للمعرفة عن طريق المطالعة على ماهو مكتوب بطريقة جهرية أو صامتة.

٥) المراجـعـــــة:

إن مراجعة المادة التي يستذكرها الطالب مراجعة منتظمة وعلى فترات تساعده على الحفظ وتقلل من النسيان وتعمل على تثبيت المادة التي يستذكرها المتعلم، حيث أن عوامل الكف وأسباب النسيان الأخرى تفعل فعلها فيما يتقنه الطالب من مفاهيم ومهارات ما لم يراجعها (رجاء محمود أبو علام، ٢٠٠٤، ١٣٦).

ويفضل أن تتم المراجعة عقب انتهاء الطالب من الاستذكار مباشرةً ، فلا يجب أن ينتظر إلى ما قبل الامتحانات للبدء في عملية المراجعة، حيث يفضل أن تكون المراجعة النهائية – فقط – قبل الامتحانات، وذلك في حالة أن الطالب استطاع أن يتحكم في إدارة وقته جيداً فإن

المراجـــعة النهائية أن تكـــون عملية ضبط نهائي للمعلـــومات عن المادة (عـــــلاء محمود الشعـــراوي، ٢٠١١، ٢١٩).

وتتضمن عادة المراجعة مجموعة من المهام: مراجعة القراءات المقررة وتتمثل في وعي الطالب بأن مراجعة مادة الامتحان أمر ضروري ويقوم بذلك عن طريق التنسيق بين محتوى الكتاب المقرر والملاحظات التي يدونها، توجيه أسئلة إلى نفسه والإجابة عليها، وإجراء مسح للمادة الدراسية، اختبار الذات حيث يعي الطالب أن اختبار الذات يساعده في الاستعداد للاختبارات وأدائها بفعالية أكبر، لذا فهو يقوم بتوليد أسئلة تماثل أسئلة الاختبار لتحقق من مدى تمكنه من المادة، استخدام معينات التذكر لتمكينه من استعادة المعلومات والتقليل من التوتر(السيد محمد أبو هاشم، ٢٠٠٨، ٢٢٥).

ويمكن أن تعرف الباحثة عادة المراجعة بأنها تكرار منظم للمعلومات وتنشيط وتثبيت المادة الدراسية لتجنب نسيانها، وعرض وجهات النظر المختلفة والموازنة بينها.

دراسات سابقة:

تعرض الباحثة هنا عددا من الدراسات السابقة التي تضمنت عادات الأستذكار وعلاقتها ببعض المتغيرات الأخرى.

هدفت دراسة فاتن فاروق عبد الفتاح (٢٠٠٥) تعرف نوع وطبيعة العلاقة بين عادات الاستذكار والاتجاه نحو الدراسة المدرسة لطلاب الصف الأول والثاني بالمرحلة الثانوية، ومعرفة الفروق بين الجنسين (ذكور- إناث) في عادات الاستذكار والإتجاه نحو المدرسة، وتكونت العينة من ٩٨ طالباً، و١٤٠ طالبة بمدينة الزقازيق، والصالحية، والحسنية، وطـــبق عليهم مقياس عادات الاستذكار والاتجاهات نحـــــو الدراسة للمراهقـــيـــن (اعدادي- وثانوي) لـــ وليم براون ووينى هولزمان "William Brown & Winnie Holzman" تعريب الباحثة، ومقياس إتجاه الطلاب نحـــــو المدرسة لـــ فيليب جاكسون "P. W. Jackson" ترجمة فاروق عبد الفتاح موسى ٢٠٠٤، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين درجات الطالبات في عادات الاستذكار والاتجاه نحو الدراسة والمدرسة، ووجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الطلاب والطالبات في عادات الاستذكار ككل لصالح الطالبات.

وسعت دراسة السيد محمد أبو هاشم (٢٠٠٨) إلى فحص النموذج البنائي التنبؤي الذي يحتوي على تأثيرات مهارات الدراسة والاستذكار، وتأثيرات مهارات الدراسة والاستذكار والحكمة الاختبارية على التحصيل الأكاديمي، وتكونت العينة من ١٥٤ طالباً، و١٩١ طالبة

بالمرحلة الثانوية بمدينة الزقازيق، وطبق عليهم استبيان مهارات الدراسة والحكمة الاختبارية من إعداد الباحث، وتم الحصول على درجاتهم التحصيلية وفقاً للنتائج النهائية، وتوصلت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الجنسين (ذكور- إناث) في مهارات الدراسة والاستذكار، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً بين التخصصات العلمية والأدبية في مهارات الدراسة والاستذكار، ووجود تأثير موجب لبعض مهارات الدراسة والاستذكار على التحصيل الأكاديمي.

وهدفت دراسة جليلة عبد المنعم مرسي (٢٠٠٩) الكشف عن أهم عادات الاستذكار التي يمارسها تلاميذ المرحلة الإبتدائية، والعلاقة بين عادات الاستذكار والتعلم المنظم ذاتياً وبعض العــوامل المرتبطة به، وتكونت العينة من ١٢٠ تلميذاً وتلميذة من تلاميذ المرحلة الإبتدائية بمدينة الاسكندرية، طبق عليهم مقياس عادات الاستذكار، ومقياس التعلم المنظم ذاتياً، واستبانة العوامل البيئية المرتبطة بعادات الاستذكار والمتمثلة في دور الأسرة وأسلوب المعلم، وكشفت النتائج عن وجود فروق دالة إحصائياً بين الجنسين (ذكور- إناث) في عادة التركيز لصالح الإناث، وفي عادة القراءة الجيدة لصالح الذكور، كما توجد فروق دالة إحصائية بين الجنسين (ذكور- إناث) على استبانة العوامل البيئية المرتبطة بعادات الاستذكار والمتمثلة في دور الأسرة لصالح الذكور، وأسلوب المعلم لصالح الإناث، كما توجد علاقة موجبة دالة إحصائياً بين عادات الاستذكار والعوامل البيئية المرتبطة بها والمتمثلة في دور الأسرة في كل من التنظيم والتلخيص، وتدوين الملاحظات، والتركيز، والقراءة الجيدة في عينة البحث ككل، أما إدارة الوقت والمراجعة فكانت لصالح عينة الذكور، كما توجد علاقة موجبة دالة إحصائياً بين عادات الاستذكار والعوامل البيئية المرتبطة بها والمتمثلة في أسلوب المعلم في كل العادات.

واستهدفت دراسة هلال حميد القصابي (٢٠١٠) اختبار فاعلية برنامج إرشادي جمعي لتحسين عادات الاستذكار لدى الطلاب ضعاف التحصيل في الصف العاشر واختبار أثره على التحصيل الأكاديمي، وتكونت عينة الدراسة من ٢٦ طالباً في ولاية بهلا بسلطنة عمان، تم تقسيمهم إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية كل منهما يتكون من ١٣ طالباً، وطبق علي المجموعة التجريبية برنامجاً إرشادياً يتكون من ١٦ جلسة من إعداد الباحث، وطبق على أفراد المجموعتين القياس القبلي والقياس البعدي، وقياس المتابعة باستخدام مقياس عادات الاستذكار من اعداد الباحث، وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة تعزي للبرنامج الإرشادي لصالح المجموعة التجريبية، وعدم وجود فروق دالة

إحصائياً بين متوسطات الدرجات التحصيلية لأفراد المجموعة التجريبية وأفراد المجموعة الضابطة بعد تطبيق البرنامج الإرشادي.

وقد سعت دراسة ديمرا وزملاؤه (Demir; Kilinc & Dogan, 2012) إلى فحص أثر تطوير منهج مهارات الدراسة الفعالة على اكتساب المتعلمين لمهارات الدراسة الفعالة وعلى إنجازتهم الأكاديمية، واستخدمت الدراسة مجموعتين: الأولى عينة قصدية وتكونت من ٣٢٠ طالباً من طلبة الصف السابع بمدرسة رفيقة الابتدائية في منطقة كوكسينا في تركيا، حيث درسوا ثمانية وحدات من المنهج المطور، والثانية المجموعة الضابطة فقد استخدمت المنهج قبل تطويره، وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود تطور في اكتساب مهارات الدراسة لدى عينة الدراسة، مما انعكس على تحصيلهم ليكونوا منافسين أقوياء وقادرين على مواجهة تحديات العولمة واستيعابها.

وأجرى لاورينسي (Lawrence, 2014) دراسة لتعرف العلاقة بين عادات الاستذكار والتحصيل الأكاديمي لطلاب المرحلة الثانوية في الولايات المتحدة الأمريكية، وتحديد مستوى العادات الدراسية والتحصيل الأكاديمي لهم، وتكونت العينة من ٣٠٠ طالباً وطالبة من طلاب المرحلة الثانوية من منطقة تيرونلفيلي التعليمية Tirunelveli، واستخدم في الدراسة قائمة لعادات الاستذكار VG Anantha, 2004، واعتمد الباحث على الدرجات النهائية للطلاب في الامتحانات ربع السنوية في جميع المواد الدراسية، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين عادات الاستذكار والتحصيل الأكاديمي لطلاب المرحلة الثانوية، وأن مستويات عادات الاستذكار لطلاب المرحلة الثانوية كانت متوسطة وأن تحصيلهم الأكاديمي متوسط أيضاً.

واستهدفت دراسة فيرما (Verma, 2016) تعرف العلاقة بين عادات الاستذكار والتحصيل الأكاديمي لطلاب المرحلة الثانوية وتحديد أهميتها في اكتسابهم للمعرفة، واشتملت عينة الدراسة على ١٦٠ طالباً وطالبة من الصف التاسع تم اختيارهم عشوائياً من مدارس خاصة وحكومية في شرق سيكيم في الهند، وطبق عليهم قائمة لعادات الاستذكار "2002 Mukhopadhyay & D.N. Sansanwal"، وتم أخذ درجاتهم التحصيلية من الصف الثامن السابق، وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في عادات الاستذكار بين طلاب وطالبات المرحلة الثانوية لصالح الطالبات، كما يوجد تأثير إيجابي لعادات الاستذكار على التحصيل

الأكاديمي لطلاب، حيث وجد أن طلاب المرحلة الثانوية يختلفون في تحصيلهم الأكاديمي باختلاف عاداتهم الدراسية.

تعقيب على الدراسات السابقة:

من خلال استعراض الدراسات السابقة العربية، والأجنبية يمكن رصد الكثير من أوجه التشابه والاختلاف بينها، وبين بعضها البعض، وكذلك بينها، وبين هذه الدراسة، حيث أن هذه الدراسات كان لها دور هام في بناء الدراسة الحالية، وقد لاحظ الباحث الاتي:

١- اتفقت العديد من نتائج الدراسات على أن هناك تأثير إيجابي بين عادات الاستذكار والتحصيل الأكاديمي وأن تفوق الطلبة في المدرسة مرتبط بعادات الاستذكار الجيدة.

٢- اعتمدت بعض الدراسات على أن تدريب الطلاب على عادات الاستذكار السليمة (إكساب الطلاب عادات استذكار جيدة) يؤدي إلى ارتفاع تحصيلهم الأكاديمي ويكونوا بذلك منافسين أقوياء وقادرين على مواجهة تحديات العولمة واستيعابها.

٣- حاولت عدة دراسات رصد العلاقة بين عادات الاستذكار ومتغيرات أخرى تساعد في تحسين الأداء الأكاديمي، وخاصة في المرحلة الثانوية.

٤- هناك اختلاف في عينات الدراسات السابقة من حيث العدد، والعمر، والجنس عن عينة البحث الحالي.

فرض الدراسة:

في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة التي عرضتها الباحثة يمكن صياغة الفرض التالي:

١- تتباين عادات الاستذكار تبايناً دالاً إحصائياً بتأثر تفاعل المدرسة (عادية/ لغات) والمرحلة (إبتدائي _ إعدادي _ ثانوي) والتفاعل بينهما.

إجراءات الدراسة:

أولاً: عينة الدراسة:

تم اختيار عينة الدراسة الحالية من بين طلاب مدارس التعليم العام "العادية واللغات"، وتمثلت في المدارس التابعة لإدارتي غرب وشرق المنصورة التعليمية بمحافظة الدقهلية، وتكونت العينة من ١٢٧٠ طالباً وطالبة بالصفوف التعليمية: الرابع والسادس الابتدائي، الثاني الاعدادي، الثاني الثانوي، وتم تطبيق أدوات الدراسة خلال الفصل الدراسي الثاني ٢٠١٧- ٢٠١٨م، واشتملت

عينة المدارس العادية على ٦٨٠ طالباً وطالبة وتشمل مدارس: خالد بن الوليد الإبتدائية، الشهيد خالد محمد الطوخي الإبتدائية، جديلة تعليم أساسي (إبتدائي– اعدادي)، المنصورة تعليم أساسي بنين (إبتدائي– اعدادي)، شجرة الدر الاعدادية بنات، الشهيد محمد جمال سليم الاعدادية بنين، المنصورة الثانوية بنين العسكرية، الملك الكامل الثانوية بنين، المنصورة الثانوية بنات، أما عينة مدارس اللغات اشتملت على ٥٩٠ طالباً وطالبة وتشمل مدارس: الفردوس المتميزة للغات بالمراحل الثلاثة (إبتدائي– اعدادي– ثانوي)، الشهيد المقدم أحمد حسين الرسمية للغات بالمراحل الثلاثة (إبتدائي– اعدادي– ثانوي)، فخر الرسمية للغات بالمراحل الثلاثة (إبتدائي– اعدادي– ثانوي).

ثانياً: أدوات الدراسة:

قامت الباحثة بإعداد مقياس عادات الإستذكار كأداة لقياس عادات الإستذكار لدى طلاب مدارس التعليم العام "عادية ولغات"، وقد اعتمدت الباحثة في بناء المقياس على:

أ- الإطار النظري، وما حددته الدراسات السابقة، وبعض المقاييس التي تناولت عادات الإستذكار مثل: Jiao & Onwuegbuzie, 2000 ،Baily & Onwuegbuzie, 2001 ، فاتن فاروق عبد الفتاح ٢٠٠٥، محمد السيد أبو هاشم ٢٠٠٨، هلال حميد القصابي ٢٠١٠.

ب-وفي ضوء المصادر السابقة قامت الباحثة بتحديد أبعاد مقياس عادات الاستذكار ويتكون من خمسة أبعاد وهى: التنظيم والتلخيص، إدارة الوقت، تدوين الملاحظات، القراءة الجيدة، المراجعة، وصياغة عدد ١٠ مفردات في كل بعد من الأبعاد السابقة، وتم حساب صدق المقياس بالطرق التالية:

١- صدق المحتوى

قامت الباحثة بصياغة مجموعة من المفردات التي تنتمي لكل بعد من أبعاد المقياس وعددها ٥٠ مفردة الصورة الأولية للمقياس تم عرضهم على عدد ١٤ محكماً من المتخصصين في علم النفس التربوي، وبعد أخذ ملاحظتهم على الصورة الأولية تم تعديل صياغة بعض مفردات المقياس الخاصة بكل بعد، وقامت الباحثة بحساب نسبة الإتفاق بين المحكمين، والجدول التالي يوضح نسب اتفاق السادة المحكمين على مفرادات مقياس عادات الاستذكار.

جدول (١) نسب اتفاق السادة المحكمين على مفردات مقياس عادات الاستذكار.

المفردة	نسبة الاتفاق	المفردة	نسبة الاتفاق	المفردة	نسبة الاتفاق	المفردة	نسبة الاتفاق	المفردة	نسبة الاتفاق
١	١٠٠%	١١	٩٣%	٢١	١٠٠%	٣١	١٠٠%	٤١	١٠٠%
٢	١٠٠%	١٢	١٠٠%	٢٢	١٠٠%	٣٢	١٠٠%	٤٢	١٠٠%
٣	١٠٠%	١٣	٩٣%	٢٣	١٠٠%	٣٣	١٠٠%	٤٣	١٠٠%
٤	١٠٠%	١٤	٩٣%	٢٤	١٠٠%	٣٤	٩٣%	٤٤	١٠٠%
٥	١٠٠%	١٥	١٠٠%	٢٥	١٠٠%	٣٥	١٠٠%	٤٥	٩٣%
٦	١٠٠%	١٦	١٠٠%	٢٦	١٠٠%	٣٦	٩٣%	٤٦	٩٣%
٧	١٠٠%	١٧	١٠٠%	٢٧	١٠٠%	٣٧	٩٣%	٤٧	٨٦%
٨	١٠٠%	١٨	١٠٠%	٢٨	١٠٠%	٣٨	٨٦%	٤٨	٩٣%
٩	١٠٠%	١٩	١٠٠%	٢٩	١٠٠%	٣٩	٩٣%	٤٩	١٠٠%
١٠	١٠٠%	٢٠	١٠٠%	٣٠	١٠٠%	٤٠	١٠٠%	٥٠	١٠٠%

يتضح من الجدول السابق أن نسبة الإتفاق تراوحت بين ٨٦ : ١٠٠ %، وهى نسبة اتفاق مناسبة.

ومن خلال ملاحظات السادة المحكمين ومقترحاتهم قامت الباحثة بتعديل صياغة بعض المفردات، كما يوضحها الجدول الآتي:

جدول (٢) مفردات مقياس عادات الاستذكار التي تم تعديلها بناءً على اقترحات السادة المحكمين.

الأبعاد	البدائل قبل التعديل	البدائل بعد التعديل
إدارة الوقت	أنجز في الوقت المناسب ما أكلف به من واجبات دراسية.	أحرص على إنجاز واجباتي الدراسية في الوقت المناسب.
	أنظم وقتي بين الواجبات الاجتماعية والاستذكار بحيث استفيد بأكبر قدر ممكن من الوقت.	أحرص على تنظيم وقتي بين الواجبات الاجتماعية والاستذكار بحيث استفيد بأكبر قدر ممكن من الوقت.
القراءة الجيدة	أقوم بقراءة العناوين الرئيسية والجانبية في الكتاب لتساعدني على المذاكرة.	أقوم بقراءة العناوين الرئيسية والفرعية في الكتاب لتساعدني على المذاكرة.
	أواصل قراءة أكبر قدر ممكن من المادة الدراسية إلى أن أفهمها بصورة مناسبة.	أواصل قراءة أكبر قدر ممكن من المادة الدراسية إلى أن أفهمها بدرجة مناسبة.
	أقوم بتجزئة الدرس إلى أجزاء صغيرة يسهل عليه قراءاتها.	أقوم بتجزئة الدرس إلى أجزاء صغيرة ليسهل عليه قراءاتها.

الأبعاد	البدائل قبل التعديل	البدائل بعد التعديل
	القراءة أو المذاكرة لمدة طويلة تصيبني بالصداع.	أصاب بالصداع عندما أقرأ أو أذاكر لمدة طويلة.
	أعتمد في مذاكرتي على قراءة الدرس أكثر من مرة بشكل يسهل على فهمه.	أعتمد في مذاكرتي على قراءة الدرس بتركيز أكثر من مرة بشكل يسهل على فهمه.
المراجعة	أعتقد أن مراجعة الدروس بطريقة متكررة تسبب لي الملل والضيق.	مراجعة الدروس بطريقة متكررة تسبب لي الملل والضيق.
	أعيد مراجعة كل ما أقرأه في المادة الدراسية إلى أن ألم بها إلماماً فهماً كاملاً.	أعيد مراجعة كل ما أقرأه في المادة الدراسية إلى أن أفهمها فهماً كاملاً.
	أهتم في مراجعة المادة الدراسية على العناوين الرئيسية وبعض أجزاء منها.	أركز في مراجعة المادة الدراسية على العناوين الرئيسية.
	لا أعتمد في مذاكرني على مراجعة الدروس أو الملخصات.	لا أعتمد في مذاكرني على مراجعة الدروس أو الملخصات خلال العام الدراسي.

٢- الإتساق الداخلي:

تم التحقق من صدق المقياس عن طريق حساب معامل ارتباط درجة كل مفردة بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، والجدول التالي يوضح هذه النتائج:

التنظيم والتلخيص		إدارة الوقت		تدوين الملاحظات		القراءة الجيدة		المراجعة	
المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط
١	٠,٣١٩	١١	٠,٥٣١	٢١	٠,٣٨٨	٣١	٠,٥٦١	٤١	٠,٥٣٢
٢	٠,٣١٨	١٢	٠,٦٢٣	٢٢	٠,٥٨٠	٣٢	٠,٤٢٢	٤٢	٠,٥٥٦
٣	٠,٤٤٩	١٣	٠,٣٢٢	٢٣	٠,٤٦٦	٣٣	٠,٥٤٨	٤٣	٠,٤٦٣
٤	٠,٣٩٧	١٤	٠,٥٥٦	٢٤	٠,٦٢٠	٣٤	٠,٤٠٤	٤٤	٠,٥١٦
٥	٠,٤٩١	١٥	٠,٤٤٨	٢٥	٠,٥٧٠	٣٥	٠,٤٢٨	٤٥	٠,٣٧٦
٦	٠,٣٨١	١٦	٠,٤٥٥	٢٦	٠,٤٠٢	٣٦	٠,٤١٠	٤٦	٠,٣٣٠
٧	٠,٥٩٣	١٧	٠,٣٣٦	٢٧	٠,٣٩٢	٣٧	٠,٣٠٩	٤٧	٠,٥٤٧
٨	٠,٥٣٤	١٨	٠,٤٢٠	٢٨	٠,٤٧٩	٣٨	٠,٤٦٩	٤٨	٠,٤٦٦
٩	٠,٥٢٤	١٩	٠,٦٥٦	٢٩	٠,٥٠٤	٣٩	٠٥٤٧	٤٩	٠,٥٠٦
١٠	٠,٣٥٠	٢٠	٠,٥٢١	٣٠	٠,٥٤٣	٤٠	٠,٣١٠	٥٠	٠,٤٣٩

جدول (٣) قيم معاملات ارتباط درجة كل مفردة بالدرجة الكلية للبعد الذي ينتمي إلية في مقياس عادات الإستذكار.

يتضح من الجدول السابق: أن جميع معاملات الارتباط بين درجة الفقرات والدرجة الكلية للبعد دالة وذلك عند مستوى ٠,٠١، وتدل معاملات الإرتباط هذه على أن المكونات أو البنود تقيس شيئاً مشتركاً مما يعني صدق البناء الداخلي، كما تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد مقياس عادات الاستذكار والدرجة الكلية للمقياس، والجدول التالي يوضح هذه النتائج:

جدول (٤) قيم معاملات ارتباط درجة كل بعد بالدرجة الكلية لمقياس عادات الإستذكار.

الأبعـــــاد	التنظيم والتلخيص	إدارة الوقت	تدوين الملاحظات	القراءة الجيدة	المراجعة
الدرجة الكلية	٠,٦٨٩	٠,٦٨٠	٠,٧٤٩	٠,٦٣٠	٠,٧٧١

يتضح من جدول (٤): ارتباط أبعاد المقياس بالدرجة الكلية بقيم معاملات دالة عند مستوى ٠,٠١.

٣- ثبات المقياس

تم التحقق من ثبات مقياس عادات الاستذكار بطريقة ألفا كرونباخ، وكانت معاملات الثبات: ٠,٦٦١، ٠,٧٠٦، ٠,٧١١، ٠,٦٥٣، ٠,٦٩٨، ٠,٨١٠، لأبعاد التنظيم والتلخيص وإدارة الوقت وتدوين الملاحظات والقراءة الجيدة والمراجعة، والدرجة الكلية على الترتيب.

ومما سبق يتضح أن المقياس يتمتع بدرجتى صدق وثبات مناسبتين تبرران استخدامه في الدراسة الحالية.

نتائج البحث:

ينص فرض الدراسة على: "**تتباين عادات الاستذكار تبايناً دالاً إحصائياً بتأثير المدرسة (عادية/ لغات) والمرحلة (إبتدائي _ إعدادي _ ثانوي) والتفاعل بينهما**".

وللتحقق من هذا الفرض تم استخدام تحليل التباين ثنائي الاتجاه (٣X٢) لمعرفة تباين عادات الاستذكار على التحصيل الأكاديمي بتأثير المدرسة (عادية/ لغات) والمرحلة (إبتدائي _ إعدادي _ ثانوي) والتفاعل بينهما، وجاءت النتائج كما يلي:

جدول (٥) تباين عادات الاستذكار على التحصيل الأكاديمي بتأثير المدرسة والمرحلة والتفاعل بينهما.

عوامل تباين التحصيل الأكاديمي	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة
عادات الاستذكار (التنظيم والتلخيص)	المدرسة	٥٧٢١،٤٩١	١	٥٧٢١،٤٩١	٥٦٨،٩٠٦	٠،٠١
	المراحل	٤٤،٩٢٢	٢	٢٢،٤٦١	٢،٢٣٣	غير دال
	المراحل X المدرسة	١٥٦،٩٢١	٢	٧٨،٤٦٠	٧،٨٠٢	٠،٠١
	الخطأ المعياري	١٢٧١٢،٠٥٦	١٢٦٤	١٠،٠٥٧		
	المجموع	٦٨٤٤٦٨،٠٠٠	١٢٧٠			
عادات الاستذكار (إدارة الوقت)	المدرسة	٣٤٠٠،٥٠٥	١	٣٤٠٠،٥٠٥	٣٥٤،١٦٩	٠،٠١
	المراحل	٢٢٨،٣٦٩	٢	١١٤،١٨٤	١١،٨٩٣	٠،٠١
	المراحل X المدرسة	٥٥٨،٩١٢	٢	٢٧٩،٤٥٦	٢٩،١٠٦	٠،٠١
	الخطأ المعياري	١٢١٣٦،١٠٤	١٢٦٤	٩،٦٠١		
	المجموع	٦٤٧٨٥٥،٠٠٠	١٢٧٠			
عادات الاستذكار (تدوين الملاحظات)	المدرسة	٤٤٣٣،٥٠٢	١	٤٤٣٣،٥٠٢	٣٥٢،٣٦٤	٠،٠١
	المراحل	١٣٣،٠١٠	٢	٦٦،٥٠٥	٥،٢٨٦	٠،٠١
	المراحل X المدرسة	٦٢٥،٤٠٥	٢	٣١٢،٧٠٣	٢٤،٨٥٣	٠،٠١
	الخطأ المعياري	١٥٩٠٣،٨٣٩	١٢٦٤	١٢،٥٨٢		
	المجموع	٦٦٧٥٥٣،٠٠٠	١٢٧٠			
عادات الاستذكار (القراءة الجيدة)	المدرسة	٢٢٨٤،٣٠٨	١	٢٢٨٤،٣٠٨	٢٢٤،١٥٩	٠،٠١
	المراحل	١٩،٦٢٢	٢	٩،٨١١	٠،٩٦٣	غير دال
	المراحل X المدرسة	٨٩،٢٨٥	٢	٤٤،٦٤٣	٤،٣٨١	٠،٠٥
	الخطأ المعياري	١٢٨٨٠،٨٧٠	١٢٦٤	١٠،١٩١		
	المجموع	٧٠١٨٤٨،٠٠٠	١٢٧٠			
عادات الاستذكار (المراجعة)	المدرسة	٣٧٧٧،٧٥٢	١	٣٧٧٧،٧٥٢	٤١٦،٠٢١	٠،٠١
	المراحل	١٣١،٣٦٢	٢	٦٥،٦٨١	٧،٢٣٣	٠،٠١
	المراحل X المدرسة	٥٥٩،٣٦٩	٢	٢٧٩،٦٨٤	٣٠،٨٠٠	٠،٠١
	الخطأ المعياري	١١٤٤٧،٩٧٧	١٢٦٤	٩،٠٨١		
	المجموع	٦٥٨٢٦٢،٠٠٠	١٢٧٠			
عادات الاستذكار "ككل"	المدرسة	٩٥٩٧٤،٠٤٤	١	٩٥٩٧٤،٠٤٤	٦٩٥،٠١٨	٠،٠١
	المراحل	١٠٣١،٧٤٠	٢	٥١٥،٨٧٠	٣،٧٣٦	٠،٠٥
	المراحل X المدرسة	٨١٩١،١٧٩	٢	٤٠٩٥،٥٨٩	٢٩،٦٥٩	٠،٠١
	الخطأ المعياري	١٧٤٥٤٤،٠١٦	١٢٦٤	١٣٨،٠٨٩		
	المجموع	$١،٦٦٤E^{٧}$	١٢٧٠			

ويتضمن جدول (٦) المتوسطات والانحرافات المعيارية لمتغيرات الفرض الثاني.

جدول (٦) المتوسطات والانحرافات المعيارية لمتغيرات الفرض الثاني.

العوامل المؤثرة في التحصيل الأكاديمي	المراحل التعليمية	المدارس العادية		مدارس اللغات	
		المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري
عادات الاستذكار (التنظيم والتلخيص)	المرحلة الابتدائية	٢٤،٩٣	٢،٦٥	٢١،٠٣	٣،٦٧
	الصف الثاني الإعدادي	٢٤،٤٨	٣،٠٠	٢٠،٨٥	٣،٣٨
	الصف الثاني الثانوي	٢٥،١٩	٣،٠٦	١٩،٨٨	٣،٢١
عادات الاستذكار (إدارة الوقت)	المرحلة الابتدائية	٢٣،٨١	٢،٨٩	٢١،٦٢	٣،١٨
	الصف الثاني الإعدادي	٢٣،٢٣	٣،٢٧	٢٠،٧٦	٢،٩٨
	الصف الثاني الثانوي	٢٤،٣٤	٣،٣٥	١٩،١٠	٢،٨٠
عادات الاستذكار (تدوين الملاحظات)	المرحلة الابتدائية	٢٣،٤٣	٣،٣٦	٢١،٣٢	٣،٨٦
	الصف الثاني الإعدادي	٢٣،٨٧	٣،٦٤	٢٠،٢٦	٣،٣١
	الصف الثاني الثانوي	٢٥،٦٨	٣،٣٩	٢٠،٠٩	٣،٦٣
عادات الاستذكار (القراءة الجيدة)	المرحلة الابتدائية	٢٤،١٨	٣،٢٦	٢٢،٠٠	٣،٦٩
	الصف الثاني الإعدادي	٢٤،٢٨	٢،٩٨	٢١،٨١	٣،٣٣
	الصف الثاني الثانوي	٢٥،٠٧	٢،٧٠	٢١،٦١	٢،٩٨
عادات الاستذكار (المراجعة)	المرحلة الابتدائية	٢٣،٦٢	٢،٩٣	٢١،٨٧	٣،٣٩
	الصف الثاني الإعدادي	٢٣،٨٥	٣،٢٠	٢٠،١٤	٣،٠١
	الصف الثاني الثانوي	٢٤،٧٥	٢،٧٧	١٩،٧٨	٢،٥٣
عادات الاستذكار "ككل"	المرحلة الابتدائية	١٢٠،٠٠	١٠،٦٨	١٠٧،٨٧	١٣،٦٨
	الصف الثاني الإعدادي	١١٩،٧٤	١٢،٤٨	١٠٣،٨٤	١١،٠٤
	الصف الثاني الثانوي	١٢٥،٠٤	١١،٥٧	١٠٠،٤٨	١٠،١٩

يتضح من الجدولين (٥)، (٦) ما يلي:

أ) يوجد تأثير دال لنوع المدرسة في تباين درجات بعد التنظيم والتلخيص، فطلاب المدارس العادية أفضل في هذا البعد من طلاب مدارس اللغات (ف الجدولية = ٦،٦٦ عند مستوى ٠،٠١). ولا توجد فروق دالة إحصائياً في بعد التنظيم والتلخيص بين مراحل التعليم المختلفة، ويوجد تأثير دال إحصائياً للتفاعل (المرحلة X نوع المدرسة) في تباين درجات بعد التنظيم والتلخيص (ف الجدولية = ٤،٦٣ عند مستوى دلالة ٠،٠١).

ب) يوجد تأثير دال لنوع المدرسة في تباين درجات بعد إدارة الوقت، فطلاب المدارس العادية أفضل في هذا البعد من طلاب مدارس اللغات (ف الجدولية = ٦،٦٦ عند مستوى ٠،٠١)، وتوجد فروق دالة إحصائياً في بعد إدارة الوقت في مراحل التعليم المختلفة (ف الجدولية = ٤،٦٣ عند مستوى دلالة ٠،٠١)، ويوجد تأثير دال إحصائياً للتفاعل (المرحلة X نوع المدرسة) في تباين درجات بعد إدارة الوقت (ف الجدولية = ٦،٦٦ عند مستوى دلالة ٠،٠١)

ت) يوجد تأثير دال لنوع المدرسة في تباين درجات بعد تدوين الملاحظات، فطلاب المدارس العادية أفضل في هذا البعد من طلاب مدارس اللغات (ف الجدولية = ٦،٦٦ عند مستوى ٠،٠١)، وتوجد فروق دالة إحصائياً في بعد تدوين الملاحظات في مراحل التعليم المختلفة (ف الجدولية = ٤،٦٣ عند مستوى دلالة ٠،٠١)، يوجد تأثير دال للتفاعل نوع المدرسة (عادية ولغات) X المرحلة (إبتدائي _ إعدادي _ ثانوي) في تباين درجات بعد تدوين الملاحظات (ف الجدولية = ٦،٦٦ عند مستوى دلالة ٠،٠١).

ث) يوجد تأثير دال لنوع المدرسة في تباين درجات بعد القراءة الجيدة، فطلاب المدارس العادية أفضل في هذا البعد من طلاب مدارس اللغات (ف الجدولية = ٦،٦٦ عند مستوى ٠،٠١)، ولا توجد فروق دالة إحصائياً في بعد القراءة الجيدة في مراحل التعليم المختلفة (ف الجدولية = ٣،٠٠ عند مستوى دلالة ٠،٠٥)، ويوجد تأثير دال إحصائياً للتفاعل (المرحلة X نوع المدرسة) في تباين درجات بعد القراءة الجيدة (ف الجدولية = ٣،٠٠ عند مستوى دلالة ٠،٠٥).

ج) يوجد تأثير دال لنوع المدرسة في تباين درجات بعد المراجعة، فطلاب المدارس العادية أفضل في هذا البعد من طلاب مدارس اللغات (ف الجدولية = ٦،٦٦ عند مستوى ٠،٠١)، وتوجد فروق دالة إحصائياً في بعد المراجعة في مراحل التعليم المختلفة (ف الجدولية = ٤،٦٣ عند

مستوى دلالة ٠،٠١)، كما يوجد تأثير دال إحصائياً للتفاعل (المرحلة X نوع المدرسة) في تباين درجات بعد المراجعة (ف الجدولية = ٤،٦٣ عند مستوى دلالة ٠،٠١).

ح) يوجد تأثير دال لنوع المدرسة في تباين درجات عادات الاستذكار ككل، فطلاب المدارس العادية أفضل من طلاب مدارس اللغات (ف الجدولية = ٦،٦٦ عند مستوى ٠،٠١)، وتوجد فروق دالة إحصائياً في عادات الاستذكار في مراحل التعليم المختلفة (ف الجدولية = ٤،٦٣ عند مستوى دلالة ٠،٠١)، كما يوجد تأثير دال إحصائياً للتفاعل (المرحلة X نوع المدرسة) في تباين درجات عادات الاستذكار (ف الجدولية = ٤،٦٣ عند مستوى دلالة ٠،٠١).

ولتحديد اتجاه الفروق استخدمت الباحثة إختبار توكي للمقارنات المتعددة بين المراحل الثلاثة (إبتدائي _ إعدادي _ ثانوي)، والجدول التالي يوضح هذه النتائج.

جدول (٧) المقارانات المتعددة لـ توكي في عادات الاستذكار.

عادات الاستذكار	المجموعات	المتوسط الحسابي	المراحل التعليمية		
			إبتدائي	إعدادي	ثانوي
عادات الاستذكار (إدارة الوقت)	إبتدائي	٢٢،٧٥	–		
	إعدادي	٢٢،١٢	٠،٦٣*	–	
	ثانوي	٢١،٩٣	٠،٨٢*	٠،١٩	–
عادات الاستذكار (تدوين الملاحظات)	إبتدائي	٢٢،٤١	–		
	إعدادي	٢٢،٢٥	٠،١٦	–	
	ثانوي	٢٣،١١	٠،٧*	٠،٨٦*	–
عادات الاستذكار (المراجعة)	إبتدائي	٢٢،٧٨	–		
	إعدادي	٢٢،١٩	٠،٥٩*	–	
	ثانوي	٢٢،٤٧	٠،٣١	٠،٢٨	–

تفسير نتائج الفرض:

تشير نتائج الجداول (٥)،(٦)،(٧) إلى ارتفاع درجات المتوسطات الحسابية في عادات الاستذكار ككل لطلاب مدارس التعليم العام "العادية"، بأبعادها (التنظيم والتلخيص، إدارة الوقت، تدوين الملاحظات، القراءة الجيدة، المراجعة) عن طلاب مدارس التعليم العام "اللغات" وفي المراحل التعليمية الابتدائية، والاعدادية، والثانوية.

وترى الباحثة تفسيراً لهذه النتيجة في ضوء اعتماد النظام التعليمي للمدارس العادية على تدريس مناهجها التعليمية ومقرراتها باللغة العربية فتكون الدراسة فيها أقل عبئاً على المتعلم ذاته وأولياء الأمور، وتساعد في استيعاب المتعلم بشكل أسرع وأسهل دون الحاجة الضرورية لإعطائه عدداً كبيراً من الدروس الخصوصية، ويتوفر لدى المتعلم القدرة على تنظيم الوقت وتركيز الجهد اللازم للمذاكرة مع التمتع بقسط من الراحة مما تجعله يستخدم ويتبع أساليب تعلم مناسبة لاستذكار وفهم المناهج التعليمية والمقررات بدلاً من ضياع الوقت والتشتت من كثرة الدروس الخصوصية والواجبات المنزلية.

كما أن طلاب مدارس التعليم العام الثانوي "العادية" تتراوح أعمارهم بين (١٦: ١٨) سنة تقريباً وفي هذا العمر يتكون عند المتعلم الحاجة إلى تنظيم الوقت والجهد نظراً لكثرة المواد الدراسية التي تحتاج إلى المثابرة والقدرة على الفهم والتعمق واتباع أساليب متنوعة في الدراسة، والتعامل مع الأسئلة بشكل أفضل، وأداء المهام الصعبة حتى إنجازها، كما تكون خبرات الطلاب في الدراسة قد إزدادت وتبلورت وإزداد وعيهم مع النمو العمري، والانتباه لأهمية التحصيل الأكاديمي الذي يخلق فرصاً جديدة تؤهلهم للإرتقاء بمستوياتهم لضمان النجاح والتفوق، وعند اقتراب انتهاء الطلاب من المرحلة الثانوية والتخرج والإلتحاق بالجامعة، يولد لديهم حالة من المسؤولية والاعتماد على النفس، ويشعرهم بأنهم أصبحوا أكثر رشداً وفاعلية في هذا المجتمع.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إلية نتائج دراسة لاورينسي (Lawrence, 2014) بأن طلاب المدارس الحكومية لديهم مستويات عالية من عادات الاستذكار الجيدة مقارنة بطلاب المدارس الأخرى، كما اتفقت العديد من نتائج الدراسات بأن اتباع الطلاب لعادات استذكار سليمة يؤدي إلى تحسين مستوى أدائهم وزيادة ثقتهم بأنفسهم وارتفاع تحصيلهم الأكاديمي مثل: دراسة يودزيلا (Udziela, 1996)، ودراسة أوكابالا وزملاؤه (Okapal, et al., 2000)، ودراسة أونجبوزي وزملاؤه (Onwuegbuzie, et al., 2001)، ودراسة مها محمد العجمي (٢٠٠٣)، ودراسة إبراهيم الشافعي ومحمد آل عمرو (٢٠٠٧)، ودراسة محمد حسين سعيد (٢٠٠٧)، ودراسة السيد محمد أبو هاشم (٢٠٠٨).

وأثبتت نتائج دراسة شياو وأونجبوزي (Jiao & Onwuegbuzie, 2000) بأن الطلاب المرتفعين في التحصيل الأكاديمي لديهم عادات استذكار جيدة تتمثل في تنظيم الوقت والعمل، وتركيز الجهد وزيادة الانتباه في المذاكرة، ودراسة بيكر ولومباردي Baker & Lombardi, (2002) على أهمية عادة تدوين الملاحظات حيث تميز الطلاب الذين يأخذون ملاحظات جيدة في

المحاضرات باستراتيجيات استذكار أكثر فعالية، حيث أنها تمكن الطالب من استيعاب النقاط الأساسية والمهمة في كل درس بشكل جيد، والتعرف على الأفكار الرئيسية ثم ينتقل إلى الأفكار الفرعية والأمثلة.

وتبين من نتائج الجداول (٥)،(٦)،(٧) وجود انخفاض في درجات المتوسطات الحسابية في عادات الاستذكار ككل بأبعادها (التنظيم والتلخيص، إدارة الوقت، تدوين الملاحظات، القراءة الجيدة، المراجعة) لطلاب مدارس التعليم العام "اللغات"، كلما تقدم الطالب في سنوات الدراسة أو انتقاله من مرحلة تعليمية إلى أخرى، فجاءت النتائج للمراحل التعليمية الابتدائية والاعدادية والثانوية مرتبة ترتيباً تنازلياً على التوالي في بعد التنظيم والتلخيص: ٢١،٠٣، ٢٠،٨٥، ١٩،٨٨، وفي بعد إدارة الوقت: ٢١،٦٢، ٢٠،٧٦، ١٩،١٠، وفي بعد تدوين الملاحظات: ٢١،٣٢، ٢٠،٢٦، ٢٠،٠٩، وفي بعد القراءة الجيدة: ٢٢،٠٠، ٢١،٨١، ٢١،٦١، وفي بعد المراجعة: ٢١،٨٧، ٢٠،١٤، ١٩،٧٨، وفي عادات الاستذكار ككل: ١٠٧،٨٧، ١٠٣،٨٤، ١٠٠،٤٨.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إلية نتائج دراسة هونج ولي (Hong & Lee, 2000) التي أشارت إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين طلاب الصفوف الدراسية في عادات الاستذكار مثل: تنظيم الوقت، وحل الواجبات المنزلية، ومتابعة الاستذكار والإنجاز الأكاديمي لديهم، كما أوصت دراسة شفاري وزملاؤه (Jafari, et al., 2019) على أهمية تدريب محدد للطلاب ومساعدتهم على كيفية اكتساب المعلومات واتباع أفضل الطرق والأساليب في التعلم أو تعديل من عادات الاستذكار لديهم لزيادة إنجازاتهم الأكاديمية.

وترى الباحثة تفسيراً لهذه النتيجة في ضوء أن النظام التعليمي في مدارس "اللغات" يزيد من العبء الدراسي للمتعلم ويجعله أقل نشاطاً وفاعلية، فكلما تقدم المتعلم في سنوات تعلمه كلما أصبحت المناهج التعليمية والمقررات أكثر صعوبة مما يؤثر ذلك على المتعلم ويكون أكثر تشتتاً وقلقاً وأقل قدرة على المواظبة في الدراسة واكتساب المعلومات مما تجعله يستخدم ويتبع أساليب تعلم غير مناسبة للاستذكار ويؤثر ذلك على أداءه العام وتحصيله الأكاديمي.

توصيات الدراسة:

بناءً على ما أسفرت عنه الدراسة الحالية من نتائج تقترح الباحثة مجموعة من التوصيات التربوية تساعد على تنمية عادات الاستذكار، وتشجيع الطلاب على استخدامها.

١- تدريب الطلاب على مهارات الاستذكار في جميع المراحل التعليمية.

٢- وجود مقرر لمهارات الاستذكار يدرس في المرحلة المتوسطة، وفي المرحلة الثانوية، والمرحلة الجامعية وذلك في السنة الأولى من كل مرحلة.
٣- إجراء دراسات أخرى مماثلة باختيار عوامل أخرى قد يكون لها التأثير الواضح على مستوى تحصيل الطالب مما يجعل أداء الطالب أكثر كفاءة.
٤- استخدام أدوات بحث أخرى مع متغيرات مستقلة مثل (الريف – المدينة)، (الحكومية – الخاصة).
٥- إرشاد الطلبة لإتباع العادات الدراسية الصحيحة، مما ينعكس إيجابياً على تحصيلهم الدراسي.
٦- يجب على الأسرة تحديد أهداف أبنائها ومستويات طموحاتهم ومفهومهم عن ذواتهم إلى حد يجعلهم قادرين على حل مشكلاتهم اليومية والحياتية.
٧- تدريس مادة عن القيم والأخلاق وأهمية الوقت لجميع الطلاب، بحيث يمكنهم ذلك من استغلال امكاناتهم ووقتهم أحسن استغلال، بما يحقق أهدافهم الخاصة وأهداف المجتمع الذي يعيشون فيه.
٨- يقع على عاتق إدارة المدرسة دور كبير في توفير البيئة المادية والاجتماعية الميسرة والمناسبة لممارسة أفضل طرق لتدريس المناهج لجميع الطلاب.
٩- متابعة وتقييم أداء المعلمين والمعلمات، وذلك بهدف كشف جوانب القوة والضعف في الأداء، وتشجيعهم على تطوير أدائهم وكفاءتهم التدريسية، وتعزيز استخدامهم لطرق التدريس الحديثة.

من خلال الدراسة الميدانية التي تم إجراؤها في مدارس التعليم العام "العادية واللغات" نستطيع أن نقترح ما يلي:

١- الوزن النسبي لإسهام كل من عادات الاستذكار والذكاء في التحصيل الأكاديمي لطلاب المرحلة الثانوية.
٢- العلاقة بين العبء المعرفي والسعة العقلية لطلاب مدارس التعليم العام "العادية واللغات" وأثرها على التحصيل الأكاديمي لديهم.
٣- التحليل الإحصائي متعدد المتغيرات للعوامل المؤثرة على مستوى تحصيل الطالب وأداءه الأكاديمي في الجامعة.

مراجع البحث:

- إبراهيم الشافعي إبراهيم، محمـــد عبدالله آل عمرو (٢٠٠٧). دراسة لبعض سمات الشخصية المرتبطة بكل من: عادات الاستذكار والتحصيل الدراسي وأثر برنامج إرشادي مقترح عليهما لدى طلاب كلية المعلمين بالسعودية، *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، ١٧ (٥٤)، ٥- ٤٧.
- السيد محمد أبو هاشم (٢٠٠٨). النموذج البنائي لمهارات الدراسة والحكمة الاختبارية والتحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية. *مجلة كلية التربية بالمنصورة*، الجزء الأول، العدد (٦٨)، ٢١١- ٢٧٥.
- أمنية مالك محمد عبد الله (٢٠١٨). *التحليل الإحصائي للعوامل المؤثرة على التحصيل الأكاديمي في جامعة أم درمان الإسلامية: دراسة حالة كلية الاقتصاد والعلوم السياسية*. رسالة ماجستير، كلية الاقتصاد والعلوم السياسية، جامعة أم درمان الإسلامية.
- بيتـــــــر شيفـــــــرد، جريجوري ميتشل (٢٠٠٦). *القراءة السريعة. كيف تمتلك مهارة القراءة السريعة مع المحافظة على الإستيعاب الكامل*، ترجمة: أحمد هوشان. القاهرة: سلسلة مهارات النجاح الالكترونية للتنمية البشرية.
- جليلة عبد المنعم مرسي رحيمة (٢٠٠٩) عادات الاستذكار وعلاقتها بكل من التعلم المنظم ذاتياً وبعض العوامل البيئية المرتبطة به كما يدركها تلاميذ المرحلة الإبتدائية. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، ١٩ (٦٥)، ١٠٥- ١٦٦.
- حامد عبد السلام زهران (٢٠٠٥). *الصحة النفسية والعلاج النفسي* (ط٤). القاهرة: عالم الكتب.
- حسن حسين زيتون (٢٠٠٦). *مهارات التدريس رؤية في تنفيذ التدريس: سلسلة أصول التدريس* (ط٣). القاهرة: عالم الكتب.
- حمدي علي الفرماوي (٢٠٠٢). أبعاد عادات الاستذكار في حالة تكرار سلوك الغش لدى طلبة الجامعة. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، ١٢ (٣٤)، ١٨٩- ٢١٣.
- راشد القصيبي (٢٠٠٣). إدارة الوقت في التعليم الجامعي مدخل لزيادة فاعليته (دراسة) حالة. *مجلة البحث في التربية وعلم النفس*، ١٧ (١)، ١٠٩- ١٥٧.
- رجاء محمود أبو علام (٢٠٠٤). *التعلم أسسه وتطبيقاته*. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.

- رضا عبد الرازق جبر جبر (٢٠٠٨). عادات الاستذكار وعلاقتها ببعض سمات الشخصية والتحصيل الدراسي لدى طلاب كلية التربية. رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة المنصورة.
- زكريا أحمد الشربيني ونجيب محفوظ أبو بكر (٢٠٠١). علاقة التحصيل في مادة العلوم بالعادات والاتجاهات الدراسية لدى تلاميذ الصف السادس الابتدائي دراسة على عينة من دولة الإمارات العربية المتحدة. *مجلة التربية العلمية*، ٤ (٣)، ١١٧- ١٣٧.
- سناء محمـــد سليمان (٢٠٠٥). *عادات الاستذكار ومهاراته الدراسية السليمة*. سلسلة ثقافة سيكولوجية للجميع، القاهرة: عالم الكتب.
- طارق محمد سويدان، ومحمد أكرم العدلوني (٢٠٠٤). *فن إدارة الوقت* (ط ٢). الرياض: قرطبة للنشر والتوزيع.
- عباس نوح سليمان محمد الموسوي (٢٠١٥). *علم النفس التربوي مفاهيم ومبادئ*. عمان: دار الرضوان للنشر والتوزيع.
- عبد المنعم أحمد الدردير وجابر محمد عبدالله (٢٠٠٥). *علم النفس المعرفي: قراءات وتطبيقات معاصرة*. القاهرة: عالم الكتب.
- علاء محمـــود جاد الشعراوي (٢٠١١). *التعليم والتعليم الفعال إعادة صياغة المنظومة التعليمية*. إدارة النشر العلمي بجامعة الطائف.
- عماد عبد الرحيم الزغول (٢٠١٢). *مبادئ علم النفس التربوي* (ط ٢). العين: دار الكتاب الجامعي.
- فاتن فاروق عبد الفتاح (٢٠٠٥). عادات الاستذكار والاتجاهات نحو الدراسة وعلاقتهما بالاتجاة نحو المدرسة لدى طلاب الثانوي العام. *مجلة البحث في التربية وعلم النفس*، ١٩ (١)، ١١٩- ١٦٨.
- لطيفة سعيد المبروك البقار (٢٠١٧). *فاعلية برنامج إرشادي لتعديل مستوى قلق الامتحان والتحصيل الدراسي والثقة بالنفس لدى تلاميذ المرحلة الثانوية*. رسالة دكتـــورة، كليـــة الآداب، جامعـــة المنصـــورة.
- محمد الشيخ حمود (١٩٩٩). العادات الدراسية لدى طلبة المرحلة الثانوية: دراسة ميدانية في مدارس دمشق الرسمية. *مجلة جامعة دمشق للآداب والعلوم الإنسانية والتربوية*، ١٥ (١)، ١٩١- ٢٢٧.

- محمد حسين سعيد حسين (٢٠٠٧). الإسهام النسبي لمهارات الاستذكار وقلق الاختبار والاتجاه نحوه في التنبؤ بالأداء الأكاديمي لتلاميذ المرحلةا لابتدائية متفاوتي التحصيل. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، ١٧ (٥٤)، ٢٨٤- ٣٣٢.
- محمد عبد السميع رزق (٢٠٠١). الاتجاهات الحديثة في دراسة مهارات الاستذكار. *مجلة جامعة أم القرى*، مكة المكرمة، ١٣ (٢)، ٨٠- ١٢١.
- مصطفى محمد على الحاروني (٢٠٠٥). فعالية برنامج إرشادي في خفض الضغوط النفسية لدى التلامذ الأيتام وأثره في أساليب استذكارهم وتحصيلهم الدراسي. *مجلة كلية التربية ببنها*، ١٥ (٦٢)، ٣- ٦٥.
- ملحـــــــقة سعيدة (٢٠٠٩). *المعجم التربوي*. القاهرة: المركز الوطني للوثائق.
- ناجي محمود النواب، واياد هاشم محمد (٢٠١٤). عادات الاستذكار والدافعية نحو التحصيل وعلاقتها بالتلكؤ الأكاديمي لدى طلبة الجامعة. *مجلة كلية التربية الأساسية*، جامعة ديالي، ١٠(٦٠)، ١- ٢٥.
- هلال بن حميد بن أحمد القصابي (٢٠١٠). *فاعلية برنامج إرشادي جمعي في تحسين عادات الاستذكار لدى الطلاب ضعاف التحصيل*. رسالة ماجستير، كلية العلوم والآداب، جامعة نزوي.

-Baily, P., D & Onwuegbuzie, A., J., (2001). *Unsuccessful Study Habits in Foreign Language Courses*. The Annual Meeting of the Mid – south Educational Research Association, November, 14 – 17), 1 - 25.

-Baker, L. & Lombardi, B. R. (2002). Students lecture notes and their relation to test performance. *Journal of Teaching of psychology*, 12 (1), 28 - 32.

-Bashir, H. & Majeed, S. (2016). Investigation of the Relationship between Achievement Motivation and Parental Encouragement of Adolescent girls in District Anantnag, *Journal of The International Indian Psychology*, 3(2), 104 -112.

-Crede, M. & Kuncel, N. R. (2008). Study habits, skills, and attitudes, the third pillar supporting collegiate academic performance. *Perspectives on Psychological Science*, 3(6), 425- 453.

-Demir. S.; Kilinc. M. & Dogan. A. (2012). The Effect of curriculum for developing efficient studying skills on academic achievements and studying skills of learners. *International Electronic* J*ournal of Elementary Education*, 4(3), 427- 440.

-Hagedorn, L.; Sagher, Y. & Siadat, M. (2000). Building study skills in a college mathematics classroom. *Journal of General Education*, 49(2), 132-155.
-Hofer, B. & Yu, S. (2003). Teaching self-regulated learning through a "learning to learn" course. *Teaching of Psychology*, 30(1), 30 – 34.
-Hong, E. & Lee, K. (2000). Preferred homework style and homework environment in high- versus low-achieving Chinese students. *An International Journal of Experimental Educational Psychology*, 20(2), 125 – 138.
-Jafari, H.; Aghaei, A. & Khatony, A. (2019). Relationship between study habits and academic achievement in students of medical sciences in Kermanshah - Iran. *Advances in Medical Education & Practice*, 10, 637- 643.
-Jiao, Q. G & Onwuegbuzie, A. J. (2000). Library Anxiety: The Role of Study Habits. The Annual Meeting of the Mid-South Educational Research Association, (November 15-17), 2-24.
-Lawrence, A. S. (2014). Relationship between study habits and academic achievement of higher secondary school students. *Indian Journal of Applied Research*, 4(6), 143- 145.
-O' Donoghue, R. (2006). *Study Skills: Managing your Learning. A Guide for Students in Higher Education*. Galway: National University of Ireland. 1- 32.
-Okapala, A.; Okapala, C. & Ellis, R. (2000). Academic efforts and study habits among students in a principles of macroeconomics course, *Journal of Education for Business*, 75(4), 219 - 224.
-Onwuegbuzie, A., J.; Slate, J. R. & Schwartz, R. A. (2001). Role of study skills in graduate- level education research courses. *The Journal of Education Research*, *94*(4), 238- 246.
-Slate, J., R.; Jones, C., H. & Harlan, E. J. (2002). Study skills of students at a post – secondary vocational – technical institute. *Journal of Industrial Teacher Education*, 35(2), 57 – 70.
-Smith, M.; Teske, R. & Gossmeyer, M. (2000). Improving students' achievement through the enhancement of study skills. Master dissertation, Saint Xavier University.
-Thompson, L. A. & Vance, L. K. (2001). The Impact of mentoring on academic achievement of at-risk youth. *Children and Youth Services Review*, 23(3), 227 - 242.

-Udzieala, T. (1996). Effect of formal study skills training on sixth grade reading achievement. *Available http:// order. Eder's. Com \ members \ sp. Cfm ? An=ED393091.*

-Verma, A. (2016). A study of academic achievement among high school students in relation to their study habits. *International Journal of Research in Humanities, Arts and Literature*, 4(3), 75- 88.

-Voght, G. M. (2008). New paradigms for U. S higher education in twenty-first century. *Foreign Language Annuals*, 33(3), 269- 277.