

## القدرة التنبؤية للتعلم ذاتي التنظيم وفعالية الذات بالتوافق النفسي لدى طلاب الجامعة

ملخص:

أحمد سليم المسعودي

قسم علم النفس التربوي، كلية التربية، جامعة تبوك، تبوك، المملكة العربية  
السعودية.

البريد الإلكتروني: aelmasoudy@ut.edu.sa

تقوم الجامعات بدور فاعل في تحقيق الخطط التنموية وإعداد الشباب ليساهموا بدور فاعل فيها لذلك تسعى الدراسة الحالية إلى معرفة القدرة التنبؤية للتعلم ذاتي التنظيم وفعالية الذات بالتوافق النفسي لدى عينة من طلاب الجامعة ، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي حيث طبقت المقاييس التالية : مهارات التعلم المنظم ذاتيا والفعالية الذاتية والتوافق النفسي بعد التأكد من خصائصها السيكومترية على عينة الدراسة والتي تكونت من (٤٦٧) طالبا بالفصل الدراسي الأول ١٤٤١-١٤٤٢هـ ، وأظهرت النتائج أن التعلم ذاتي التنظيم و الفعالية الذاتية والتوافق النفسي لدى أفراد العينة من طلاب الجامعة جميعها تقع في المستوى المتوسط وهي على التوالي ( ٣.١٢ ) ، ( ٢.٩٩ ) ، ( ٣.١٨ ) من واقع مقياس خماسي التقدير ، كما ظهر أثر لتفاعل التعلم ذاتي التنظيم وفاعلية الذات بالتوافق النفسي لدى طلاب الجامعة وتوصي الدراسة بتحسين التعلم ذاتي التنظيم والفعالية الذاتية والتوافق النفسي لدى طلاب الجامعة . وتوجيه مزيد من الدراسات لتناول التوافق النفسي لدى طلاب الجامعة وعلاقته بمتغيرات أخرى .

الكلمات المفتاحية: القدرة التنبؤية، التعلم ذاتي التنظيم، فعالية الذات، التوافق النفسي، طلاب الجامعة.

**Abstract:**

**Predictive Ability for Self-Organized Learning and Self-Efficiency in Psychological Compatibility for University Students.**

**Ahmed Saleem AlMasuudi**

Educational Psychology, College of Education, Tabuk University, KSA.

Email: aelmasoudy@ut.edu.sa

Universities do an active role in achieving developmental plans and preparing the youth to play a key role in it. This study aims at studying the Predictive Ability for Self-Organized Learning and Self-Efficiency in Psychological Compatibility for University students. The study used the descriptive method and applied the following standards: The Predictive Ability for Self-Regulated Learning and Self-Efficiency after confirming the psychometric on the study sample which contained (467) students in the first semester of the academic year 1441 – 1442 Hijri. The results indicated that there is a relation and interaction between the levels of the learning skills in the study sample of the university students which all in the middle level as the following (3,12), (2,99), and (3,18) out of (5) on the standard. The study also found a statistical relation on the level (50,0) between the self-organized learning and self-efficiency for the university students. And the study recommended the necessity of finding guiding programs for the university students and guiding more of the studies to deal with the psychological compatibility between students with others standards.

**Keywords:** Predictive Ability, Self-Regulated Learning, Self-Efficiency, Psychological Compatibility, University Students.

## مقدمة:

تشهد المملكة العربية السعودية في الوقت الراهن حراكا نشطا نحو التنمية تبلور في ضوءه طرح وتنفيذ رؤية ٢٠٣٠ م في التنمية، وترتكز هذه الرؤية على الشباب المؤهل والظموح والذي بدأ في أخذ مكانه بالعمل متسلحا بدراساته العليا من أرقى جامعات العالم، أو من الجامعات السعودية، والبعض في طريقه لسوق العمل يحدوه الأمل في صناعة مستقبل مشرق (رؤية المملكة ٢٠٣٠، ٢٠١٧).

وتقوم الجامعات السعودية بدور فاعل في إعداد الشباب المؤهل، حيث يطوع أساتذة الجامعات موضوعاتهم وأساليبهم لإعداد طلابهم بفعالية لمهنة المستقبل (Taylor, Hunter, Melton & Goodwin, 2011) من خلال استخدام أساليب تعلم نشطة (Diamond, Koernig & Iqbal, 2008) وأحد أساليب التعلم النشطة التي تبشر بخير كبير في إعداد الطلاب الجامعيين للحياة بعد التخرج هو التعلم ذاتي التنظيم؛ لذلك نال اهتماما كبيرا في الآونة الأخيرة فتوجد أدلة موثقة عن فوائده الجمة في التعليم (Roberts, Bennett & Johson, 2016) وخصوصا الجامعي، ففيه المتعلمون مستقلون في تعلمهم ولديهم ثقة بأنفسهم مما يعينهم على مواجهة تعقيدات الحياة والاستعداد للتعلم مدى الحياة (سحلول، ٢٠١٥) كما يتحمل المتعلم في التعلم ذاتي التنظيم المسؤولية عن تعلمه الخاص؛ حيث له مطلق الحرية فيما يراه مناسباً ومهما له (Fisher, King & Tague, 2001) كما يعتمد على نفسه في اتخاذ القرارات ويستخدم أنماطا متنوعة من التفكير، ويركز على الحوافز والدافعية الداخلية، والتقييم والتعزيز والمراقبة الذاتية (نور الدين، ٢٠١٧) وفي النهاية يجعل التعلم ذاتي التنظيم المتعلم نشطا في إعادة تنظيم المادة التعليمية، وبناء المعارف المتضمنة فيها وربطها بمعارف سابقة؛ مما يجعل البنية المعرفية للمتعلم أكثر ثباتا ورسوخا (العتيبي، ٢٠١٥).

ويرتبط التعلم ذاتي التنظيم ارتباطا وثيقا وإيجابيا بالفعالية الذاتية (Pintrich, 2004; Ponton, Carr, Schuette & Confessore, 2010; Fernandez-Rio et al., 2017)، ففعالية الذات من المتغيرات النفسية المهمة في توجيه الطالب وتحقيق أهدافه (Negari & Solaymani, 2013; Caprara et al., 2008; Oliveira & Simões, 2006)، و أحد محددات التعلم التي تشير إلى توقعات الفرد عن أدائه للسلوك في مواقف تتسم بالغموض، وتنعكس هذه التوقعات على اختيار الفرد للأنشطة وإنجاز السلوك (Bandura, 1997)، كما تعد فعالية الذات أحد موجبات السلوك فالمتعلم الذي يؤمن بقدرته يكون أكثر نشاطا وتقديرا لذاته، كما أنها تعد من أهم آليات القوى الشخصية للأفراد حيث إنها تمثل مثيرا مهما في دافعتهم للقيام

بأي نشاط (المزروع، ٢٠٠٧)، كما تؤثر في اختيار المتعلم لأنشطة ومهام التعلم، و استمرار الجهد والمثابرة لتحقيق أهدافه أثناء عملية التعلم والتدريب (Harris,1990) (Liu , 2004)، كما يؤكد Schwarzer , 1999 (في الحربي، ٢٠١٨) أن فعالية الذات تؤثر على النواتج المعرفية للتعلم فالمتعلمين ذوي فعالية الذات المرتفعة يختارون المهام الأكثر تحدياً لهم ويبدلون قصارى جهدهم في أعمالهم ويقاومون الفشل ويضعون لأنفسهم أهدافاً بعيدة المدى ويلتزمون بها ؛ لذلك ينجحون في الحياة بصورة عامة (إبراهيم، ٢٠٠٥)، أما الأفراد الذين يمتلكون فعالية ذات منخفضة لا يفضلون المواقف الصعبة (Harris , 1990)، كما أكدت نتائج العديد من الدراسات الأثر الإيجابي لفعالية الذات بالدافع للإنجاز الأكاديمي والتحصيل الدراسي (الشعراوي، ٢٠٠٠؛ العلي وسحلول، ٢٠٠٦ ؛ الحكمي، ٢٠٠٩).

كما أكدت نتائج العديد من الدراسات وجود علاقة بين الفعالية الذاتية والتعلم ذاتي التنظيم مثل دراسة (Boyer, Edmondson ; Artis & Fleming , 2014; Basereh & (الشمري، ٢٠١٨) Pishkar , 2016; Saeid & Eslaminejad, 2017 ;

ويعد تحقيق التوافق النفسي مهما لدى الشباب الجامعي فالتوافق هو حجر الزاوية في حياة أي فرد (بنهان، ٢٠٠٦)، ويعني التوافق التغلب على الإحباطات وتحقيق الأهداف وإشباع الدوافع والحاجات بطريقة يقبلها الآخرون وتقبلها القيم الاجتماعية من جانب، وتحقيق الانسجام بين الدوافع والحاجات وانعدام الصراع النفسي من جانب آخر فإذا تحقق ذلك أصبح الفرد متوافقاً توافقاً حسناً (الرفوع، ٢٠١٧)، وقادراً على مواجهة الأزمات التي تواجهه (عيسوي، ١٩٨٩).

وتوجد ندرة في الدراسات التي تناولت التعلم ذاتي التنظيم والفعالية الذاتية والتوافق النفسي عدا دراسة كازان (Cazan , 2012)، والتي استخدمت تحليل الانحدار والتي من بين نتائجها أن التعلم ذاتي التنظيم والفعالية الذاتية وقلق الاختبار منبئات بالتوافق الأكاديمي لدى طلاب الجامعة ؛ وتأسيساً على ما سبق توجهت الدراسة الحالية إلى معرفة القدرة التنبؤية للتعلم ذاتي التنظيم وفعالية الذات بالتوافق النفسي لدى عينة من طلاب الجامعة بجامعة تبوك.

## مشكلة الدراسة:

يواجه الشباب الجامعي الكثير من الضغوط والأزمات، كما تقع عليهم مسؤوليات كثيرة منها فيما يتعلق بمسؤوليات الدراسة ومشكلات التعلم والتحدي المهم بالنسبة لهم هو الحاجة إلى ضبط استراتيجيات التعلم الخاصة بهم (Vermunt, 2005)؛ مما ينعكس على مستوى توافقهم النفسي؛ لذلك تتمحور مشكلة الدراسة في غياب المعرفة العلمية الدقيقة عن القدرة التنبؤية لمهارات التعلم ذاتي التنظيم وفعالية الذات بالتوافق النفسي لدى عينة من طلاب الجامعة، وستجيب الدراسة على الأسئلة التالية:

### أسئلة البحث:

- ما واقع التعلم ذاتي التنظيم لدى طلاب الجامعة؟
- ما واقع فعالية الذات لدى طلاب الجامعة؟
- ما واقع التوافق النفسي لدى طلاب الجامعة؟
- هل يمكن أن يتنبأ التعلم ذاتي التنظيم والفعالية الذاتية بالتوافق النفسي لدى طلاب الجامعة؟

## أهمية الدراسة:

تتبع أهمية الدراسة من طبيعة المتغيرات التي تتناولها وأهميتها في التعلم، فالتعلم ذاتي التنظيم يمثل إطاراً مفاهيمياً أساسياً لفهم الجوانب المعرفية والدافعية والانفعالية للتعلم (Panadero , 2017)، ويأتي تناول الفعالية الذاتية في تحسين الكفاءة والدافعية للإنجاز لدى طلاب الجامعة (Saeid & Eslaminejad , 2017)، كما يعد التوافق النفسي دعامة الصحة النفسية ويسعى لتحقيقه وإشباع حاجاته كل فرد ومن بينهم طلاب الجامعة والذي يعاني من مشكلات وأزمات في ظل إيقاع الحياة المتسارع وطغيان التكنولوجيا وانحصار العلاقات؛ مما يسبب سوء التوافق النفسي لديهم وينعكس ذلك بالسلب على تنفيذ الخطط التنموية.

## الأهمية النظرية:

- توجيه الاهتمام إلى شريحة مهمة من شرائح المجتمع يعول عليها أن تقود قاطرة التنمية في الحاضر والمستقبل ألا وهي طلاب الجامعة.
- قلة الدراسات العربية والأجنبية التي تناولت متغيرات الدراسة (التعلم ذاتي التنظيم، الفعالية الذاتية والتوافق النفسي) خصوصاً في المجتمع السعودي.

### الأهمية التطبيقية:

- قد تفيد نتائج الدراسة في التعرف على المتغيرات المرتبطة بالتوافق النفسي لدى طلاب الجامعة ومن ثم تحسين توافقهم سينعكس إيجاباً على انجازهم الاكاديمي وشخصيتهم.

### أهداف الدراسة:

- معرفة واقع التعلم ذاتي التنظيم لدى طلاب الجامعة.
- معرفة واقع فعالية الذات لدى طلاب الجامعة
- معرفة واقع التوافق النفسي لدى طلاب الجامعة.
- معرفة العلاقة بين التعلم ذاتي التنظيم وفعالية الذات بالتوافق النفسي لدى طلاب الجامعة.
- معرفة امكانية أن يتنبأ التعلم ذاتي التنظيم والفعالية الذاتية بالتوافق النفسي لدى طلاب الجامعة.

### مصطلحات الدراسة:

- التعلم ذاتي التنظيم **Self-regulated learning**: يعرفه (عابدين والدمرداش، ٢٠١٦، ص. ٣٥٩) بأنه "عملية بنائية هادفة يكون المتعلم فيها مشاركاً نشطاً في عملية تعلمه، وذلك من خلال استخدامه الفعال لمهارات التعلم حيث يضع المتعلمون أهدافهم التعليمية، ثم يحاولون المراقبة والتنظيم والتحكم في خصائصهم المعرفية، وتتمثل مهارات التعلم المنظم ذاتياً في التخطيط والمراقبة وانتقاء الحلول والتذكر"، كما يعرفه Williamson, 2007 (في سطلول، ٢٠١٥، ص ٢٤١-٢٤٢) بأنه "المهارات والكفايات اللازمة للمتعلم لكي يوجه تعلمه ذاتياً ويشمل المهارات التالية:

- الوعي: تمثل فهم المتعلمين للعوامل التي تساعدهم ليصبحوا متعلمين موجهين ذاتياً.
- استخدام استراتيجيات التعلم: تمثل الاستراتيجيات المتعددة التي يجب أن يتبناها المتعلمون ليصبحوا موجهين ذاتياً في تعلمهم.
- تنفيذ أنشطة التعلم: تمثل أنشطة التعلم التي يجب أن يندمج فيها المتعلمون ليصبحوا موجهين ذاتياً في عمليات تعلمهم.

• التقييم: تمثل قدرات المتعلمين المحددة لتساعدهم في مراقبة أنشطة تعلمهم الخاصة.

• العلاقات البينشخصية: تمثل مهارات المتعلمين في العلاقات البينشخصية التي تعتبر متطلبا أوليا ليصبحوا متعلمين ذاتي التوجه.

ويعرف التعلم ذاتي التنظيم إجرائيا في هذه الدراسة بالدرجة التي يحصل عليها الطالب الجامعي على مقياس التعلم ذاتي التوجيه المستخدم بالدراسة.

- فعالية الذات **Self-Efficacy**: يعرفها باندورا (Bandura, 2006, P.3013) بأنها "اعتقادات الفرد أو الثقة في قدراته على أداء مهمة ما. كما يعرفها (محمود والجمالي، ٢٠١٠، ص ٦٦) بأنها " إدراك الفرد لقدراته الشخصية من خلال إنجاز الأداء، وتنوع الخبرات البديلة التي يمر بها، واقتناعه بقدرته على إنجاز المهام بنجاح بالإضافة إلى استثارته الانفعالية التي تزيد من قدرته على مواجهة المواقف التي تواجهه، وتتضمن الأبعاد التالية: إنجاز الأداء، الخبرات البديلة، الاقتناع، الاستثارة الانفعالية. وتعرف فعالية الذات إجرائيا في هذه الدراسة بالدرجة التي يحصل عليها الطالب الجامعي على مقياس فعالية الذات المستخدم بالبحث.

- التوافق النفسي **Psychological adjustment**: يعرفه زهران بأنه " عملية دينامية مستمرة تتناول السلوك والبيئة الطبيعية والاجتماعية بالتغيير والتعديل، حتى يحدث توازن بين الفرد والبيئة" (زهران، ١٩٩٧، ص ٢٩)، كما تعرفه (شقير، ٢٠٠٣) بأنه " عملية دينامية مستمرة يقوم خلالها الفرد بالتفاعل مع البيئة لإشباع حاجاته الجسمية والنفسية والاجتماعية، ليحقق بذلك الرضا عن نفسه والآخرين". ويعرف التوافق النفسي إجرائيا بالدرجة التي يحصل عليها الطالب الجامعي على مقياس التوافق النفسي المستخدم بالدراسة.

-الحدود الموضوعية: اقتصرت الدراسة الحالية على تناول المتغيرات التالية: مهارات التعلم ذاتي التنظيم - فعالية الذات - التوافق النفسي، لدى عينة من طلاب جامعة تبوك بلغ عددهم (٤٦٧) طالبا جامعي منتظما في الدراسة من كلية التربية والآداب، وكلية العلوم، وكلية إدارة الأعمال، وكلية الطب، وكلية الهندسة، وكلية الحاسب الآلي.

-الحدود المكانية: اقتصر التطبيق على عينة من طلاب جامعة تبوك بمدينة تبوك.

-الحدود الزمنية: تم التطبيق في بداية الفصل الدراسي الأول من العام ١٤٤١-١٤٤٢هـ.

أدبيات الدراسة:

## - التعلم ذاتي التنظيم.

يشير التعلم ذاتي التنظيم إلى أن الطلاب مستقلين ومعتمدين على أنفسهم ولديهم القدرة على استخدام مجموعة متنوعة من مهارات التعلم لتحقيق أهداف تعليمية محددة (Kitsantas, Winsler & Huie, 2008) ؛ لذلك تكمن أهمية التعلم ذاتي التنظيم في نوع متعلميه الذين يسعون إلى تكوينه فهم يمتلكون القدرة على مراقبة أدائهم وتحديد وتطبيق الاستراتيجيات المناسبة، وبالتالي فهم مدفوعين إلى التعلم من أجل التعلم (كامل، ٢٠٠٣).

وتم بناء الأطر النظرية للتعلم ذاتي التنظيم في ضوء نظرية علم النفس المعرفي ونظرية التعلم المعرفي الاجتماعي، والتي نظرت إلى التعلم ذاتي التنظيم على أنه نشاط معرفي ودافعي وسلوكي للطلاب (كامل، ٢٠٠٣)، ويؤكد Schunk, 1989 (حسن، ٢٠١٤) أن مهارات التعلم ذاتي التنظيم هي أنشطة معرفية موجهة نحو هدف ما يستخدم الطلبة هذه المهارات ويعدلونها، مثل التنظيم والترميز واسترجاع المعلومات واستخدام المصادر بفاعلية وتكامل المعرفة، وتبني معتقدات إيجابية عن قدرات الفرد وقيمة التعلم والعوامل المؤثرة على التعلم والمخرجات المتوقعة من الأفعال والإحساس بالفخر والرضا عن جهود الفرد. وتشمل مهارات التعلم ذاتي التنظيم أيضا الدافع للتعلم والقدرة على اختيار الأهداف والاستراتيجيات المناسبة للتعلم (Samuelsson, 2008)، كما أشار هاريس وجراهام (Harris & Graham, 1999) إلى أن مكونات التعلم ذاتي التنظيم وهي: وضع الهدف، مراقبة الذات، تعليمات الذات، تدعيم الذات.

وقد تناولت العديد من الدراسات التعلم ذاتي التنظيم لدى طلبة الجامعة منها دراسة (الجراح، ٢٠١٠)، والتي سعت للكشف عن مستوى امتلاك طلبة الجامعة لمكونات التعلم ذاتي التنظيم، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي حيث طبقت مقياس مهارات التعلم ذاتي التنظيم على (٣٣١) طالبا وطالبة، وقد أظهرت النتائج أن العينة لديها مستوى متوسط من التعلم ذاتي التنظيم. وهدفت دراسة (الجنابي، ٢٠١٨) إلى التعرف على التعلم ذاتي التنظيم لدى طلبة كلية التربية الأساسية، وتم تطبيق مقياس التعلم ذاتي التنظيم *Self-regulation of learning* الذي أعده بوردي (Purdie) على عينة مكونة من (٢٠٠) طالب وطالبة من كلية التربية الأساسية وأظهرت النتائج أن التعلم ذاتي التنظيم موجود لدى طلبة كلية التربية الأساسية بدرجة جيدة. واتفقت النتائج السابقة مع دراسة (Tekkol & Demirel, 2018) والتي أكدت أن الطلاب الجامعيين يملكون مهارات التعلم ذاتي التنظيم وأن هذه المهارات مرتبطة بالتعلم مدى الحياة.

## - الفعالية الذاتية:

يعد مفهوم الفعالية الذاتية من المفاهيم الهامة التي تستخدم في تفسير سلوك الفرد، وتحديد سماته الشخصية (عبد الرحمن، ١٩٩٨)، والتي ظهرت من خلال النظرية المعرفية الاجتماعية للعالم ألبرت باندورا، وتنص النظرية المعرفية الاجتماعية على أن الاعتقاد لدى كل فرد حول قدراته أمر بالغ الأهمية للتحسن وإتقانه للمهام، وحدد باندورا الفعالية الذاتية على أنها "أحكام الأفراد على القدرة على تنظيم وتنفيذ الإجراءات المطلوبة لتحقيق أنواع معينة من الأداء". فهي لا تهتم بالمهارة التي يمتلكها الفرد، بل بالأحكام التي يمكن للفرد أن يفعلها مهما كانت المهارات التي يمتلكها المرء (Bandura, 1993)، ويتميز ذوي الفعالية الذاتية المرتفعة بمجموعة من الخصائص منها: مستوى عال من الثقة بالنفس، قدر عال من تحمل المسؤولية، مهارات اجتماعية مرتفعة، مثابرة مرتفعة، طموح مرتفع، التفاؤل، تحمل الضغوط، التخطيط للمستقبل، بينما يتميز ذوي الفعالية المنخفضة بالخجل من المهام الصعبة، الوقوع بسهولة في براثن الاكتئاب، طموحات منخفضة، الانشغال بعيوبهم، يركزون على النتائج الفاشلة ويستسلمون بسرعة (علي، ٢٠٠٩)، ويستغرقون وقتاً أطول في فهم واستذكار واجباتهم، ولا يستطيعون ممارسة الاستراتيجيات التي تتطلب عمليات عقلية عليا (Thomas & Rohwer, 1986).

وتناولت العديد من الدراسات الفعالية الذاتية لدى طلبة الجامعة مثل دراسة (الصقر، ٢٠٠٥) والتي من بين أهدافها تقدير مستوى الفعالية الذاتية لدى عينة من طلبة الجامعة بلغ عددهم (٦٥٤) طالبا وطالبة طبق عليهم مقياس الفعالية الذاتية المدركة وخلصت نتائج الدراسة إلى أن الطلبة يتمتعون بمستوى متوسط من الفعالية الذاتية المدركة. وتناولت دراسة (الزق، ٢٠٠٩) معرفة مستوى الفعالية الذاتية الأكاديمية المدركة لدى طلبة الجامعة الأردنية تبعاً لمتغيرات الكلية، الجنس، والمستوى الدراسي، والتفاعل بينهما، حيث طبقت مقياس الفعالية الذاتية الأكاديمية المدركة على عينة بلغ عددها (٤٠٠) طالب وطالبة، وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الفعالية الذاتية المدركة لدى طلبة الجامعة كانت متوسطة.

وهدفت دراسة (العلوان و المحاسنه، ٢٠١١) إلى بحث علاقة الفعالية الذاتية في القراءة باستخدام استراتيجيات القراءة لدى طلبة الجامعة. وتكونت عينة الدراسة من (٣٩٨) طالباً وطالبة من طلبة الجامعة طبق عليهم مقياس الفعالية الذاتية في القراءة، وقد أظهرت نتائج الدراسة إلى أن مستوى الفعالية الذاتية في القراءة لدى طلبة الجامعة هو مستوى متوسط.

كما تناولت دراسة (كرماش، ٢٠١٦) مستوى فعالية الذات الأكاديمية لدى طلبة كلية التربية الأساسية تبعاً لبعض المتغيرات، واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي المقارن، حيث طبق مقياس الفعالية الذاتية الأكاديمية على عينة بلغ عددها (٢٠٠) طالب وطالبة، وتوصلت أهم نتائج الدراسة إلى أن طلبة كلية التربية الأساسية يتمتعون بمستوى جيد من الفعالية الذاتية الأكاديمية. كما هدفت دراسة (الشمايلة؛ البوريني؛ أبو عميرة والجعفر، ٢٠١٧) إلى تحديد مستوى الفعالية الذاتية لدى طلاب كلية الطب وعلاقته ببعض المتغيرات، حيث طبق مقياس الفعالية الذاتية على عينة بلغ عددها (٢٤٠) طالباً وطالبة، وخلصت أهم نتائج الدراسة إلى أن طلبة كلية الطب يمتلكون فعالية ذاتية مرتفعة.

كما تناولت العديد من الدراسات العلاقة بين الفعالية الذاتية ومهارات التعلم المنظم ذاتياً، فتناولت دراسة (Boyer et al. , 2014) التحليل البعدي لنتائج الأبحاث التي تناولت التعلم المنظم ذاتياً على مدار ٣٠ عاماً في خمسة بلدان وعبر مستويات أكاديمية مختلفة، وكشف التحليل البعدي Meta-analysis عن وجود علاقات إيجابية بين التعلم المنظم ذاتياً والفاعلية الذاتية، كما تناولت دراسة (Basereh & Pishkar , 2016) العلاقة بين التعلم المنظم ذاتياً والفاعلية الذاتية لدى طلبة معهد اللغات الجامعي، وخلصت أهم نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الفعالية الذاتية والتعلم المنظم ذاتياً، وتتفق النتائج السابقة مع نتائج دراسة (Saied & Eslaminejad, 2017) وجود علاقة بين مهارات التعلم الذاتي وفعالية الذات الأكاديمية. كما هدفت دراسة (الشمري، ٢٠١٨) إلى التعرف على مكونات التعلم المنظم ذاتياً المستخدمة من قبل طلبة جامعة سامراء، وعلاقتها بمستوى الفعالية الأكاديمية، واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي حيث طبقت مقياس التعلم المنظم ذاتياً إعداد بوردي (Purdie)، واستبانة الفعالية التي أعدها الباحث على عينة بلغ عددها (٨٠) طالباً وطالبة، وأظهرت النتائج تمتع الطلبة بمستوى جيد في التعلم المنظم والفعالية الأكاديمية.

#### - التوافق النفسي:

يعد مفهوم التوافق مفهوماً مركزياً في علم النفس بصورة عامة وفي الصحة النفسية بصورة خاصة، ويمكن تعريف عملية التوافق بأنها: "السعي نحو إشباع الدوافع والحاجات الفطرية والثانوية ودوافع التنبيه، وتأجيل ما لا يمكن إشباعه في الوقت الراهن، وتعديل أسلوب الإشباع، والتأثير في البيئة المحيطة من خلال التدخل فيها وتعديلها بما يتناسب وحاجات الفرد، والتوفيق بين مطالب الحياة ومطالب الدوافع والحاجات

الفردية(سرحان، ٢٠١٣، ص ١٢١)، ويتضمن التوافق النفسي بعدين، هما: البعد الإيجابي ويقصد به الأسلوب الذي يستخدمه الشخص، وتساعده في التغلب على المتطلبات والضغوط المتعددة ويصبح أكثر كفاءة في علاقته مع المحيط الخارجي، والبعد السلبي ويقصد به: الأسلوب الذي يتخذه الشخص والتي تؤدي إلى الإضرار بالجماعة والحد من كفاءة الشخص في علاقته مع نفسه ومع الآخرين من حوله (الخاتنة، ٢٠١٢، ص ٢٣).

وهناك عدة خصائص تبين أن الشخص يتمتع بتوافق نفسي إيجابي منها: القدرة على مواجهة الصعوبات، القدرة على الإنجاز والابتكار والنجاح وفق قدراته ومهاراته ومؤهلاته، القدرة على اختياره أهداف واقعية، تمتعه بعلاقات اجتماعية جيدة مع الآخرين، السعي لمساعدة غيره وتلبية حاجاتهم، القدرة على تحمل المسؤولية، القدرة على فهم ذاته وتقبلها بالصورة التي عليها والسعي إلى تطويرها (حشمت وباهي، ٢٠٠٦).

وتناولت العديد من الدراسات التوافق النفسي لدى طلبة الجامعة، وأكدت أن الطلبة متوافقين نفسياً، مثل دراسة (الخوي، ٢٠٠٨؛ مزكي، ٢٠١٥؛ عبدالكريم؛ محسون وعبدالوهاب، ٢٠١٧)، بينما أكدت نتائج دراسة (الحمدي، العوهلي وحמידات، ٢٠١٦؛ الزبون والسليحات، ٢٠١٧) والتي أكدت أن مستوى التوافق النفسي لدى الطلبة مرتفع.

#### الدراسات السابقة:

- الدراسات التي تناولت التعلم ذاتي التنظيم والتوافق النفسي لدى الشباب الجامعي:

توجد ندرة في الدراسات تناولت التعلم ذاتي التنظيم والتوافق النفسي - في حدود علم الباحث - وإنما تناولت بعض الدراسات التعلم ذاتي التنظيم وعلاقته ببعض المتغيرات مثل التوافق الأكاديمي (Cazan , 2012) والتعلم مدى الحياة (Tekkol & Demirel, 2018) وتحسين أداء التعلم (Tzu-Chi , Chang & Sherry , 2018)، والدافعية للتعلم (Kwon , 2018)، والتعلم المستمر (Lin , Tsai Continuing Learning (2018) والتنبؤ بسلوك المتعلم وتحقيق الأهداف (Kizliceç , Perez - Hu , 2018) والتحصيل الأكاديمي (Jansen et a , Sanagustin & Maldonado , 2017) . I. , 2019).

## - الدراسات التي تناولت الفعالية الذاتية والتوافق النفسي لدى الشباب الجامعي.

تناولت دراسة ناتيرا (Natera , 1998) الفعالية الذاتية والتوافق النفسي لدى طلبة الجامعة، واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي حيث طبقت مقياس الفعالية الذاتية والتوافق النفسي على عينة من الشباب بلغ عددهم (١٤٤) طالبا وطالبة، وكشفت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الفعالية الذاتية والتوافق النفسي. وهدفت دراسة (Bell, 2003) إلى الكشف عن العلاقة بين الفعالية الذاتية والتوافق النفسي والأكاديمي لدى طلبة الجامعة، واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي حيث طبقت مقياس الفعالية الذاتية والتوافق النفسي والأكاديمي على عينة بلغ عددها (٢٠٩) طالبا جامعا، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الفعالية الذاتية والتوافق النفسي والأكاديمي. وتصدت دراسة (المحسن، ٢٠٠٦) للكشف عن مستوى الفعالية الذاتية المدركة وعلاقتها بالتوافق لدى عينة من طلبة كلية التربية، واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي حيث تم تطبيق مقياس الفعالية الذاتية ومقياس التوافق على طلبة كلية التربية، وكشفت نتائج الدراسة بأن متغير التوافق له قدرة تنبؤية بمستوى الفعالية الذاتية المدركة. وهدفت دراسة نيكولاس وراموس (Ramos & Nicholas, 2007) لمعرفة العلاقة بين التوافق مع الحياة الجامعية والفاعلية الذاتية لدى طلبة الجامعة، واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي حيث استخدمت عينة قوامها (١٩٢) طالبا طبق عليهم مقياس الفاعلية الذاتية ومقياس التوافق وقد أظهرت النتائج وجود ارتباط دال وموجب بين الفاعلية الذاتية والتوافق. وتناولت دراسة (مقادي، ٢٠٠٩) علاقة الفعالية الذاتية المدركة بالتوافق النفسي لدى عينة من (٢١١) طالبا وطالبة من طلبة البكالوريوس في كلية العلوم التربوية، طبق عليهم مقياس الفعالية الذاتية المدركة، ومقياس التوافق النفسي، وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق دالة إحصائية بين الطلبة الأقل توافقا والأكثر توافقا على مقياس الفعالية الذاتية في اتجاه الطلبة الأكثر توافقا. كما هدفت دراسة يوسف (Yusoff, 2011) لفحص العلاقة بين الفعالية الذاتية والدعم الاجتماعي والتوافق النفسي للطلاب الأجانب في الجامعات الحكومية، طبقت الدراسة على عينة من الطلاب الأجانب بلغ عددها (١٨٥) طالبا من مختلف بلدان العالم طبق عليهم مقياس الفعالية الذاتية ومقياس متعدد الأبعاد للدعم الاجتماعي ومقياس التوافق النفسي، وخلصت أهم نتائج الدراسة إلى أن الفعالية الذاتية مرتبطة بشكل كبير بالتوافق النفسي. وتناولت دراسة (سيبي وسو، ٢٠١٩) علاقة الفعالية الذاتية بمستوى التوافق النفسي، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي حيث طبقت مقياس الفعالية الذاتية ومقياس التوافق

النفسي على عينة بلغ قوامها (٦٦) طالبا من الطلبة المغتربين وغير المغتربين بجامعة الملك سعود،، وأظهرت أهم نتائج الدراسة أن مستوى الفعالية الذاتية مرتفعة ولا توجد علاقة ارتباطية بين الفعالية الذاتية والتوافق النفسي.

#### تعقيب على الدراسات السابقة:

- يتضح مما سبق عدم وجود دراسة تناولت التعلم ذاتي التنظيم والتوافق النفسي، ووجود تعارض بين نتائج الدراسات التي تناولت الفعالية الذاتية والتوافق النفسي فقد أكدت معظم الدراسات وجود علاقة بين المتغيرين عدا دراسة (سيبي وسو، ٢٠١٩) والتي أكدت على عدم وجود علاقة بين الفعالية الذاتية والتوافق النفسي.
- اعتمدت الدراسات السابقة على المنهج الوصفي كما اعتمدت على مقاييس مختلفة لقياس التعلم ذاتي التنظيم والفعالية الذاتية والتوافق النفسي.
- استخدمت الدراسات السابقة عينة من طلاب الجامعة.
- لا توجد دراسة سواء اجنبية أو عربية تناولت القدرة التنبؤية للتعلم ذاتي التنظيم والفعالية الذاتية للتوافق النفسي لدى طلاب الجامعة.
- استفادت الدراسة الحالية من الدراسات السابقة في التعرف على متغيرات الدراسة بدقة، والأدوات المتوافرة لقياس هذه المتغيرات بطريقة موضوعية.
- منهج الدراسة: اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي إذ يهتم هذا المنهج بدراسة المتغيرات كما هي لدى أفراد العينة دون أن يكون للباحث دور في ضبط المتغيرات لملائمته طبيعة الدراسة وأهدافه ؛ وذلك لوصف المتغيرات وتحليلها والتعرف على العلاقات التي توجد بينها.
- مجتمع الدراسة: تكون مجتمع الدراسة الحالية من جميع طلاب جامعة تبوك للعام الدراسي (٢٠٢٠/٢٠١٩) في كليات الطب، والهندسة، والعلوم، والتربية والآداب، والحاسب الآلي، وكلية إدارة الأعمال بمدينة تبوك. والبالغ عددهم (٨.٣٧٩) طالبا، وتراوح أعمارهم ما بين ١٨ - ٢٢ عاما.
- عينة الدراسة: اقتصر على الدراسة الحالية على عينة من الطلاب الذكور بلغ عددها (٤٦٧) طالبا وتمثل تقريبا (٦%) من مجتمع الدراسة، و تم اختيارهم بالطريقة العشوائية المنتظمة عن طريق قوائم الطلاب لكل كلية واختيار الطلاب ذوي تسلسل الأرقام الزوجية فقط من الكليات التالية: كلية التربية والآداب، وكلية العلوم، وكلية إدارة الأعمال، وكلية الطب، وكلية الهندسة، والكلية الحاسب الآلي والجدول التالي يوضح حجم وتوزيع أعدادهم ونسبتهم المئوية.

جدول (١) حجم عينة البحث من كل كلية والنسبة المئوية لها

م	الكلية	العدد	%
١	كلية التربية والآداب	٧٥	١٦.٠٥
٢	كلية العلوم	٧١	١٥.٢٠
٣	كلية إدارة الأعمال	٨٩	١٩.٠٥
٤	كلية الطب	٦٦	١٤.١٣
٥	كلية الهندسة	٨٠	١٧.١٣
٦	كلية الحاسب الآلي	٨٦	١٨.٤١
	المجموع الكلي	٤٦٧	%١٠٠

يتضح من الجدول السابق أن عدد طلاب كلية التربية والآداب بلغ (٧٥) بواقع (١٦.٠٥%) من العينة الكلية كما بلغ عدد طلاب كلية العلوم (٧١) بواقع (١٥.٢٠%) من العينة الكلية، كما بلغ عدد طلاب كلية إدارة الأعمال (٨٩) بواقع (١٩.٠٥%) من العينة الكلية، كما بلغ عدد طلاب كلية الطب (٦٦) بواقع (١٤.١٣%) من العينة الكلية، كما بلغ عدد طلاب كلية الهندسة (٨٠) بواقع (١٧.١٣%) من العينة الكلية، وبلغ عدد طلاب كلية الحاسب الآلي (٨٦) بواقع (١٨.٤١%) من العينة الكلية.

#### أدوات الدراسة:

– مقياس التعلم ذاتي التنظيم: أعده وليامسون Williamson, 2017 لقياس التعلم ذاتي التنظيم، ويتألف من (٦٠) فقرة موزعة على (٥) أبعاد (الوعي، واستخدام استراتيجيات التعلم، وتنفيذ أنشطة التعلم، والتقييم، والمهارات الشخصية) كل بعد يحتوى على (١٢) فقرة، يجاب عنها باستخدام مقياس خماسي يبدأ من دائما وينتهي بمطلقا وتتوزع الدرجات من (٥-١) لجميع العبارات حيث إنها موجبة الاتجاه، وقد تحقق معد المقياس من صدقه بعرضه على مجموعة من الخبراء المحكمين كما تم التحقق من حساب معامل ثبات ألفا للأبعاد الخمس، وقد استخدمت العديد من الدراسات هذا المقياس على البيئة العربية منها دراسة (سحلول، ٢٠١٥)، والذي ترجم المقياس وتحقق من صدقه عن طريق التحليل العاملي والاتساق الداخلي والثبات على عينة من طلبة الجامعة حتى وصل المقياس في صورته النهائية (٤٢) فقرة موزعة على خمسة أبعاد، وبذلك

تتراوح الدرجة على المقياس ما بين (٤٢ - ٢١٠)، وتدل الدرجة المرتفعة على المقياس لارتفاع التعلم ذاتي التنظيم لدى الطلبة.

#### الخصائص السيكومترية للمقياس بالدراسة الحالية:

الصدق الظاهري: تم عرض المقياس وفقراته على مجموعة من الخبراء بلغ عددهم (٦) أعضاء هيئة تدريس تخصص علم نفس تربوي والصحة النفسية وقد أبدوا بعض الملاحظات في صياغة بعض البنود وترتيبها وقد قام الباحث بإجراء التعديلات التي اتفق عليها (٨٣.٣%) فأكثر من المحكمين بواقع ٥ من ٦ محكمين وبذلك تراوحت نسب الاتفاق على البنود والأبعاد وصياغتها ما بين ٨٣.٣% - ١٠٠%، مثال البند رقم (٦) " أنا مسؤول عن تحديد نقاط الضعف لدي" وتمت إعادة صياغته إلى " أنا مسؤول عن تحديد نقاط الضعف في تعلمي"، البند رقم (٩) "أحصل على فترة راحة بعد مدة عمل طويلة" وتمت إعادة صياغته إلى "أحصل على فترة راحة بعد مدة تعلم طويلة".

الاتساق الداخلي: تم استخدام العينة الإستطلاعية من طلاب جامعة تبوك بلغ عددها (٤٠) طالبا، حيث تم حساب معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس، وكان الارتباط دالا عند مستوى (٠.٠٠١)، ويوضح الجدول التالي النتائج:

جدول (٢) معاملات الارتباط بين درجة البعد والدرجة الكلية لمقياس مهارات التعلم ذاتي التنظيم

الأبعاد	الوعي	استخدام استراتيجيات التعلم	تنفيذ أنشطة التعلم	التقييم	المهارات البيئية الشخصية
الدرجة الكلية	٠.٦٦	٠.٧٠	٠.٥٦	٠.٤٩	٠.٧٢

يتضح من نتائج الجدول السابق أن مقياس مهارات التعلم المنظم ذاتيا يتمتع باتساق داخلي عال

- مقياس الفعالية الذاتية: إعداد (محمود والجمالي، ٢٠١٠) لتقدير مستوى فعالية الذات لطلبة الجامعة ويتكون من (٣٢) فقرة تقس أربعة أبعاد وهم: إنجاز الأداء (١٢) فقرة وجميعها موجبة، الخبرات البديلة (٦) فقرات وجميعها موجبة، الاقتناع اللفظي (٨) فقرات وجميعها موجبة عدا فقرتين، الاستثارة الانفعالية (٦) فقرات وجميعها موجبة، وتتم الإجابة على المقياس عبر مقياس خماسي متدرج (كثيرا جدا، كثيرا، غير متأكد، أحيانا، نادرا) بحيث تكون الدرجة العظمى للمقياس (١٦٠) تعبر عن ارتفاع الفعالية الذاتية والدرجة الصغرى (٣٢) تعبر عن انخفاض الفعالية الذاتية، وبلغت المفردات الموجبة

(٣٠) مفردة، والمفردات السالبة (٢) مفردة، حيث يتم في الأخير حساب الدرجة بطريقة عكسية، وتم حساب الصدق باستخدام صدق المحكمين والعالمي والاتساق الداخلي والتمييزي وجاءت جميع القيم مقبولة كما تم حساب الثبات باستخدام ألفا كرونباخ وسبيرمان براون وجتمان.

#### الخصائص السيكومترية للمقياس بالدراسة الحالية:

الصدق الظاهري: تم عرض المقياس وفقراته على مجموعة من الخبراء بلغ عددهم (٨) أعضاء هيئة تدريس تخصص علم نفس تربوي والصحة النفسية وقد أبدوا بعض الملاحظات في صياغة بعض البنود وترتيبها، وقد قام الباحث بإجراء التعديلات التي اتفق عليها (٧٥ %) فأكثر من المحكمين بواقع ٦ من ٨ وبذلك تراوحت نسب الاتفاق على البنود والأبعاد وصياغتها ما بين ٧٥ % - ١٠٠ %، مثال البند رقم (١) " أوصل العمل على إنجاز ما أفكر فيه " وتمت إعادة صياغته إلى " أوصل العمل على إنجاز ما أريده "، البند رقم (٢٦) "أعجب بنصائح من هم أكبر مني سنا " وتمت إعادة صياغته إلى " أتقبل نصائح من هم أكبر مني سنا ".

الاتساق الداخلي: تم استخدام العينة الاستطلاعية من طلاب جامعة تبوك بلغ عددها (٤٠) طالبا، حيث تم حساب معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس، وكان الارتباط دالا عند مستوى (٠.٠١)، ويوضح الجدول التالي النتائج:

جدول (٣) معاملات الارتباط بين درجة البعد والدرجة الكلية لمقياس الفعالية الذاتية

الأبعاد	إنجاز الأداء	الخبرات البديلة	الاقتناع اللفظي	الاستثارة الانفعالية
الدرجة الكلية	٠.٥٣	٠.٥٨	٠.٧١	٠.٦٠

يتضح من نتائج الجدول السابق أن مقياس الفعالية الذاتية يتمتع باتساق داخلي عال.

- مقياس التوافق النفسي: إعداد (شكير، ٢٠٠٣) حيث قامت مؤلفته بالاطلاع على التراث النظري والدراسات السابقة، والاطلاع على بعض المفاهيم النظرية للتوافق النفسي وأبعاده المختلفة، كما اطلعت على بعض مقاييس التوافق النفسي، وانتهت المؤلفة إلى أربعة أبعاد رئيسة للتوافق تتمثل في المحاور التالية: التوافق الشخصي والانفعالي، والتوافق الصحي والجسمي، والتوافق الأسري، والتوافق الاجتماعي، و يُعبر عن كل بعد بـ

(١٥) فقرة وذلك بعد الانتهاء من التقتين الخاص بالمقياس، وبذلك أصبح عدد فقرات المقياس الكلية (٦٠) فقرة، وقد تم الاستقرار على تصميم الاستجابة على هذا المقياس وفق تقدير "ليكرت" الخماسي (تنطبق تماما، تنطبق كثيرا، تنطبق إلى حد ما، تنطبق قليلا، لا تنطبق تماما) وتقدر درجاتها كالتالي: (٥، ٤، ٣، ٢، ١)، وهذا في حال كان اتجاه التوافق إيجابيا، أما إذا كان اتجاهه سلبيا فتمنح الإجابات الدرجات التالية: (١، ٢، ٣، ٤، ٥)، وبذلك تتراوح الدرجة على المقياس من (٦٠ - ٣٠٠)، وارتفاع الدرجة يدل على ارتفاع التوافق النفسي وانخفاضها يدل على انخفاض التوافق النفسي، وتم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس عن طريق الصدق والثبات كما تم استخدامه في العديد من الدراسات العربية.

#### الخصائص السيكومترية للمقياس بالدراسة الحالية:

الصدق الظاهري: تم عرض المقياس وفقراته على مجموعة من الخبراء بلغ عددهم (١٠) أعضاء هيئة تدريس تخصص الصحة النفسية وعلم النفس العيادي، وقد أبدوا بعض الملاحظات في صياغة بعض البنود، وقد قام الباحث بإجراء التعديلات التي اتفق عليها (٨٠ %) فأكثر من المحكمين، وبذلك تراوحت نسب الاتفاق على البنود والأبعاد وصياغتها ما بين ٨٠% - ١٠٠%، مثال البند رقم (٣٥) " أشعر بالسعادة إذا ما قمت بمهمة تخدم الآخرين " وتمت إعادة صياغته إلى " أسعد عند تلبية احتياجات الآخرين "، البند رقم (٢٨) "أشعر بأن قدراتي دون قدرات الآخرين" وتمت إعادة صياغته إلى " أشعر بأن قدراتي أقل من قدرات الآخرين

الاتساق الداخلي: تم استخدام العينة الاستطلاعية من طلاب جامعة تبوك بلغ عددها (٤٠) طالبا، حيث تم حساب معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس، وكان الارتباط دالا عند مستوى (٠.٠١)، ويوضح الجدول التالي النتائج:

جدول (٣) معاملات الارتباط بين درجة البعد والدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي

الأبعاد	التوافق الشخصي والانفعالي	التوافق الصحي والجسمي	التوافق الأسري	التوافق الاجتماعي
الدرجة الكلية	٠.٧٠	٠.٥١	٠.٨١	٠.٧٤

يتضح من نتائج الجدول السابق أن مقياس الفعالية الذاتية يتمتع باتساق داخلي عال .

- إجراءات الدراسة:

- الاطلاع على الأدبيات المتعلقة بمتغيرات الدراسة وهي: مهارات التعلم المنظم ذاتيا والفعالية الذاتية والتوافق النفسي لإعداد الإطار النظري للبحث.
- الاطلاع على المقاييس والأدوات المتعلقة بمتغيرات الدراسة في العديد من البحوث والدراسات للوقوف على أنسب الأدوات واستخدامها.
- التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة على عينة استطلاعية.
- قام الباحث بتحديد عينة الدراسة والتواصل مع صاحب الصلاحية والحصول على إذن بالتطبيق ثم التطبيق على عينة الدراسة.
- قام الباحث بتجميع البيانات بأدوات الدراسة المطبقة على عينة الدراسة وتحليلها كميًا للخروج بالنتائج وتفسيرها.

الأساليب الإحصائية المستخدمة بالدراسة:

- التكرارات والمتوسطات والانحرافات المعيارية، معامل ارتباط بيرسون، تحليل الانحدار البسيط.

- عرض نتائج الدراسة وتفسيرها:

- نتائج السؤال الأول وتفسيره:

- ما واقع التعلم ذاتي التنظيم لدى طلاب الجامعة؟ ويوضح الجدول التالي نتيجة السؤال :

جدول (٤) واقع التعلم ذاتي التنظيم لدى أفراد العينة من طلاب الجامعة

المستوى <sup>(١)</sup>	المتوسط	المقياس
متوسط	٣.١٢	التعلم ذاتي التنظيم

يتضح من جدول (٤) السابق أن متوسط التعلم ذاتي التنظيم لدى أفراد العينة من طلاب الجامعة بلغ قدره (٣.١٢)، وهو يقع في مستوى متوسط، وتتفق النتيجة

(١) يعبر ارتفاع الدرجة في المقياس عن ارتفاع مستوى مهارات التعلم المنظم ذاتيا وانخفاض الدرجة عن انخفاض مستوى مهارات التعلم المنظم ذاتيا ، لذلك تصنف الاستجابة من خلال المتوسط كما يلي: (من ٤.٢١-٥ مرتفع جدا) (من ٤.٢٠-٣.٤١ مرتفع ) (من ٣.٤٠-٢.٦١ متوسط) (من ٢.٦٠-١.٨١ منخفض) (من ١.٨٠-١ منخفض جدا)

السابقة مع نتائج دراسة كل من (الجراح، ٢٠١٠)، ودراسة (Tekkol & Demirel, 2018)، ودراسة (الجنابي، ٢٠١٨)، في امتلاك طلاب الجامعة للتعلم ذاتي التنظيم بمستوى متوسط وجيد.

ويرجع الباحث هذه النتيجة الى طبيعة التعليم الجامعي حيث يعد التعليم الجامعي من المراحل التعليمية المهمة في الحياة وتهدف الى إعداد الطالب الجامعي للحياة العملية وهي مرحلة مختلفة عن المراحل التعليمية السابقة من حيث طرائق التدريس، وعدد المواد الدراسية، وكثافتها، ونوعيتها، لذا فالطالب الجامعي يعتمد على ذاته أكثر في انتقاء الاستراتيجيات المناسبة مع طبيعة المواد التي يدرسها فهو ينتقيها على أساس معرفته بقدراته وإمكانياته، ورغبته الداخلية التي تدفعه إلى تحقيق مستوى تحصيلي معين يطمح له (الجنابي، ٢٠١٨).

- نتائج السؤال الثاني و تفسيره:

- ما واقع فعالية الذات لدى طلاب الجامعة ؟ ويوضح الجدول التالي نتيجة السؤال :

جدول (٥) فعالية الذات لدى أفراد العينة من طلاب الجامعة

المستوى	المتوسط	المقياس
متوسط	٢.٩٩	فعالية الذات

يتضح من جدول (٥) السابق أن متوسط الفعالية الذاتية لدى أفراد العينة من طلاب الجامعة بلغ قدره (٢.٩٩) وهو يقع في مستوى متوسط، وتتفق النتيجة السابقة مع نتائج دراسة كل من (الصرقر، ٢٠٠٥)، ودراسة (كرماش، ٢٠١٦) ودراسة (الزق، ٢٠٠٩)، ودراسة (العلوان و المحاسنة، ٢٠١١) من أن طلاب الجامعة يتمتعون بمستوى متوسط وجيد من الفعالية الذاتية، كما اختلفت النتيجة السابقة مع نتائج دراسة (الشمائلة واخرون، ٢٠١٧) والتي أكدت امتلاك طلاب الجامعة لفعالية ذات مرتفعة، ويرجع الباحث هذا الاختلاف إلى اقتصار دراسة (الشمائلة واخرون، ٢٠١٧) على عينة من طلاب كلية الطب فقط.

ويرجع الباحث امتلاك طلاب الجامعة للفعالية الذاتية إلى طبيعة الفعالية الذاتية والتي تتطور بشكل منتظم بالتقدم في العمر وتصبح أكثر تمايزا وتكاملا نتيجة ما يمر به الإنسان من خبرات بحياته (كرماش، ٢٠١٦)، ويفصل ذلك Schwarzer , 1999 (في الحربي، ٢٠١٨) بتأكيد على أن من يملكون فعالية الذات يتمتعون بمستوى عال من الثقة بالنفس، وقدر عال من تحمل المسؤولية، ومهارات اجتماعية مرتفعة، ومثابرة

القدرة التنبؤية للتعلم ذاتي التنظيم وفعالية الذات بالتوافق النفسي لدى طلاب الجامعة  
د. أحمد سليم المسعودي

مرتفعة، وطموح مرتفع، والتفاؤل، وتحمل الضغوط، والتخطيط للمستقبل (علي، ٢٠٠٩)،  
ويختارون المهام الأكثر تحدياً لهم، ويبدلون قصارى جهدهم في أعمالهم ويقاومون  
الفشل، ويضعون لأنفسهم أهدافاً بعيدة المدى ويلتزمون بها ؛ لذلك ينجحون في الحياة  
بصورة عامة (إبراهيم، ٢٠٠٥)،

وما سبق ينطبق على طلاب الجامعة فنتيجة لنضجهم وخبراتهم التي مروا بها  
في الحياة والمراحل التعليمية السابقة فإنهم يتمتعون بالفعالية الذاتية.

- نتائج السؤال الثالث و تفسيره:

- ما واقع التوافق النفسي لدى طلاب الجامعة ؟ ويوضح الجدول التالي نتيجة السؤال :

جدول (٦) التوافق النفسي لدى أفراد العينة من طلاب الجامعة

المقياس	المتوسط	المستوى
التوافق النفسي	٣.١٨	متوسط

يتضح من جدول (٦) السابق أن متوسط التوافق النفسي لدى أفراد العينة من  
طلاب الجامعة بلغ قدره (٣.١٨)، وهو يقع في مستوى متوسط، وتتفق هذه النتيجة مع  
نتائج دراسة كل من (الخواخي، ٢٠٠٨)، ودراسة (مزكي، ٢٠١٥)، ودراسة (عبدالكريم  
واخرون، ٢٠١٧) والتي أكدت أن طلاب الجامعة متوافقين نفسياً، وتتعارض نتيجة السؤال  
مع نتائج دراسة كل من (الحمد واخرون، ٢٠١٦)، ودراسة (الزيون والسليحات، ٢٠١٧)  
والتي أكدت أن التوافق النفسي لدى الطلبة مرتفع.

ويرجع الباحث هذه النتيجة إلى أن البيئة الجامعية بيئة ثقافية، ثرية بالمشورات  
الاجتماعية والمعارف والتي بدورها تساعد الطلبة على اكتساب وتوظيف الخبرات  
المعرفية، مما يعكس إيجابياً على سلوك الطالب وتوافقه النفسي والاجتماعي(سيسي  
وسو، ٢٠١٩).

- نتائج السؤال الرابع و تفسيره:

- هل يمكن أن يتنبأ التعلم ذاتي التنظيم والفعالية الذاتية بالتوافق النفسي لدى طلاب  
الجامعة؟

للإجابة على هذا السؤال تم استخدام تحليل الانحدار للتعلم ذاتي التنظيم وفعالية الذات على التوافق النفسي لدى طلاب الجامعة والجدول التالي يوضح نتائج تحليل التباين.

جدول (٧) نتائج تحليل التباين لانحدار للتعلم ذاتي التنظيم وفعالية الذات على التوافق النفسي لدى أفراد العينة من طلاب الجامعة

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	مربع الوسط	ف	مستوى الدلالة
الانحدار	١٩١٣٦.٩٩٥	٢	٩٥٦٨.٤٩٨	١٨١٧.٤٣٨	٠.٠٠٠
البواقي	٢٤٤٢.٨٨٠	٤٦٤	٥.٢٦٥		
الكلية	٢١٥٧٩.٨٧٦	٤٦٦			

تشير النتائج في جدول (٧) السابق إلى وجود أثر للتفاعل للتعلم ذاتي التنظيم وفعالية الذات بالتوافق النفسي لدى طلاب الجامعة، ويوضح الجدول التالي نتائج تحليل الانحدار المتعدد.

جدول (٨) نتائج تحليل الانحدار المتعدد للتعلم ذاتي التنظيم وفعالية الذات على التوافق النفسي لدى أفراد العينة من طلاب الجامعة

مصدر الانحدار	معامل الانحدار	الخطأ المعياري	معامل بيتا	ت	مستوى الدلالة
الثابت	٢٧.٨٦	٤.١٨		٦.٦٦	٠.٠٠٠
التعلم ذاتي التنظيم	٠.٦٧	٠.٠٦	٠.٥٩	١١.٦٩	٠.٠٠٠
فعالية الذات	٠.٧٩	٠.١١	٠.٣٦	٧.١٤	٠.٠٠٠

يتضح من نتائج الجدول (٨) السابق أن معادلة انحدار التعلم ذاتي التنظيم وفعالية الذات على التوافق النفسي هي:

$$\text{التوافق النفسي} = ٢٧.٨٦ + ٠.٦٧ \times \text{التعلم ذاتي التنظيم} + ٠.٧٩ \times \text{فعالية الذات}$$

وهذه المعادلة تدل على وجود تفاعل وقدرة تنبؤية للتعلم ذاتي التنظيم وفعالية الذات بالتوافق النفسي لدى طلاب الجامعة.

وتتفق النتيجة السابقة مع نتيجة دراسة كازان (Cazan , 2012) والتي استخدمت تحليل الانحدار وأكدت نتائجها أن التعلم ذاتي التنظيم والفعالية الذاتية وقلق الاختبار منبئات بالتوافق لدى طلاب الجامعة.

ويرجع الباحث هذه النتيجة إلى ان القيمة التنبؤية للتعلم المنظم ذاتيا تؤكد حقيقة إن الطلاب الذين يخططون لدراساتهم بكفاءة، ويراقبون تقدمهم التعليمي يعدلون سلوكهم باستمرار حسب متطلبات مواقف التعلم لذلك يكون ادأؤهم أفضل ويحصلون على مستويات أعلى من التوافق (Cazan & Anitei , 2010)، كما تعدّ معتقدات الفعالية الذاتية منبئات أفضل للنجاح (Multon et al. ,1991) فالطلبة الذين لديهم فعالية ذات مرتفعة يواجهون الصعاب ويبدلون جهدا كبيرا ولديهم تعلم منظم ذاتيا ويظهرون مستويات منخفضة من القلق (العلوان و المحاسنه، ٢٠١١) وبالتالي فهم لديهم توافق نفسي.

#### توصيات الدراسة:

- ضرورة تحسين التعلم المنظم ذاتيا والفعالية الذاتية والتوافق النفسي لدى طلاب الجامعة فقد جاءوا بمستويات متوسطة بنتائج الدراسة.
- توجيه مزيد من الدراسات لتناول منبئات أخرى بالتوافق النفسي لدى طلاب الجامعة.

### قائمة المصادر والمراجع العربية والأجنبية

- ١- إبراهيم، مجدي (٢٠٠٥). إدارة الذات في مجتمع المعرفة، عمان: دار الشروق.
- ٢- الجراح، عبدالناصر (٢٠١٠). العلاقة بين التعلم المنظم ذاتيا والتحصيل الأكاديمي لدى عينة من طلبة جامعة اليرموك، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، ٦(٤): ٣٣٣-٣٤٨.
- ٣- الجنابي، ندى (٢٠١٨). التعلم المنظم ذاتيا لدى طلبة كلية التربية الأساسية، مجلة كلية الآداب - جامعة بغداد، (١٢٧): ٥٥٣-٥٩٠.
- ٤- الحربي، مروان (٢٠١٨). أثر تفاعل السيطرة المخية ومستوى فاعلية الذات على أداء عمليات الذاكرة ومكوناتها الماورية لدى طلاب المرحلة الجامعية، المجلة العلمية لجامعة الملك فيصل (العلوم الإنسانية والإدارية)، ١٩(١): ١٨٩-٢١١.
- ٥- حسن، باسم (٢٠١٤). قدرة مهارات التعلم المنظم ذاتيا على التنبؤ بقلق الرياضيات لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية، مجلة كلية التربية بالسويس، ٧(٢): ١-٤٩.
- ٦- حشمت، مصطفى وباهي، مصطفى (٢٠٠٦). التوافق النفسي والتوازن الوظيفي، القاهرة: الدار العالمية.
- ٧- الحكمي، إبراهيم الحسن (٢٠٠٩). الذكاءات المتعددة وفاعلية الذات لدى بعض طلبة وطالبات جامعة الطائف، مجلة دراسات نفسية، ١٩(٤): ٧٦١-٨١٣.
- ٨- الحمد، نايف؛ العوهلي، خالد وحميدات، محمود (٢٠١٦). مستوى الرهاب الاجتماعي وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى الطلبة السعوديين في الجامعات الأردنية، مجلة دراسات، العلوم التربوية، ٤٣(٥): ١٨٧١-١٨٨٦.
- ٩- الختاتنة، سامي (٢٠١٢). مقدمة في الصحة النفسية، عمان: دار الحامد.
- ١٠- الخوخي، فراس (٢٠٠٨). بناء وتطبيق مقياس التوافق لطلبة كلية التربية الرياضية في جامعة الموصل، مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية، ٨(٢): ٢٧٥-٢٩٩.
- ١١- الرفوع، محمد (٢٠١٧). التوافق النفسي لدى طلبة جامعة الطفيلة التقنية وعلاقته ببعض المتغيرات، مجلة العلوم التربوية، ١(٤): ٢٠٧-٢٢٣.
- ١٢- رؤية المملكة ٢٠٣٠ (٢٠١٧). متاح على موقع: <http://vision2030.gov.sa/ar/node/136>

- ١٣- الزبون، محمد والسليحات، فواز (٢٠١٧). التوافق النفسي وعلاقته بالتسامح لدى طلبة الجامعات الأردنية، مجلة دراسات لجامعة عمارة تلجي الأغواط، (٥٧): ٩٢-١٠٥.
- ١٤- الزق، أحمد (٢٠٠٩). كفاءة الذاتية الأكاديمية المدركة لدى طلبة الجامعة الأردنية في ضوء متغير الجنس والكلية والمستوى الدراسي، مجلة العلوم التربوية والنفسية، ١٠ (٢): ٣٧-٥٨.
- ١٥- زهران، حامد (١٩٩٧). الصحة النفسية والعلاج النفسي، القاهرة: عالم الكتب.
- ١٦- سحلول، وليد (٢٠١٥). مهارات التعلم الموجه ذاتيا لدى طلبة جامعة الزقازيق ودرجة استعدادهم له، مجلة كلية التربية جامعة عين شمس، ٣ (٣٩): ٢٣٥-٢٩٠.
- ١٧- سرحان، وليد (٢٠١٣). الصحة النفسية، القاهرة: الشركة العربية المتحدة.
- ١٨- سيسبي، محمد بشير وسو، أبا بكر (٢٠١٩). علاقة الكفاءة الذاتية بالتوافق النفسي لدى الطلبة المغتربين وغير المغتربين، المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية تصدر عن المركز الديمقراطي العربي للدراسات الاستراتيجية والسياسية والاقتصادية، (٤): ٣٦-٥٨.
- ١٩- الشعراوي، علاء (٢٠٠٠). فعالية الذات وعلاقتها ببعض المتغيرات الدافعية لدى طلبة المرحلة الثانوية، مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة، ٢٨٦: ٤٤-٣٢٥.
- ٢٠- شقير، زينب (٢٠٠٣). مقياس التوافق النفسي، طنطا: كلية التربية.
- ٢١- الشمالية، نسرين؛ البوريني، ايمان؛ أبو عميرة، غريب والجعافرة، أسمى (٢٠١٧). مستوى الفاعلية الذاتية لدى طلاب الجامعة الأردنية وعلاقته ببعض المتغيرات، مجلة العلوم التربوية، ٣ (١): ٢٧٨-٣١١.
- ٢٢- الشمري، صاحب (٢٠١٨). التعلم المنظم ذاتيا وعلاقته بالكفاءة الدراسية والحكمة والمعرفة لدى طلبة جامعة سمراء، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، ٨ (٢٣): ١٤٢-١٥٧.
- ٢٣- الصقر، تيسير (٢٠٠٥). مستوى النمو الأخلاقي و الكفاءة الذاتية المدركة لدى عينة من طلبة جامعة اليرموك في ضوء بعض المتغيرات، كلية التربية - جامعة اليرموك.

- ٢٤ - نورالدين، وداد (٢٠١٧). مدى اكتساب مكونات التعلم الموجه ذاتيا لدى طالبات كليات العلوم بالجامعات في محافظة جدة في ضوء بعض المتغيرات، مجلة العلوم التربوية، ١(٤): ٥٠٥-٥٤١.
- ٢٥ - عابدين، حسن و الدمرداش، فضلون (٢٠١٦). أثر تفاعل مهارات التعلم المنظم ذاتيا وما وراء الذاكرة على حل المشكلات الرياضية اللفظية لدى عينة من تلاميذ المرحلة الإعدادية، دراسات تربوية ونفسية، ٢(٩٣): ٣٥٣-٤٠٢.
- ٢٦ - عبدالرحمن، محمد (١٩٩٨). دراسات في الصحة النفسية، القاهرة: دار قباء للنشر.
- ٢٧ - عبدالكريم، محمد ؛ محسون، مرتضى وعبدالوهاب، منتظر (٢٠١٧). التوافق النفسي لدى طلبة كلية التربية، قسم العلوم النفسية - كلية التربية بجامعة القادسية.
- ٢٨ - العتيبي، خالد (٢٠١٥). نمذجة العلاقة السببية بين مهارات التعلم الموجه ذاتيا وأساليب التعلم والتحصيل الأكاديمي لدى طلاب كلية المجتمع بجامعة الملك سعود، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، ١١(٣): ٢٥٥-٢٦٨.
- ٢٩ - العلوان، احمد و المحاسنه، رنده (٢٠١١). الكفاءة الذاتية في القراءة وعلاقتها باستخدام استراتيجيات القراءة لدى عينة من طلبة الجامعة الهاشمية، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، ٧(٤)، ٣٩٩-٤١٨.
- ٣٠ - علي، المشيخي (٢٠٠٩). قلق المستقبل وعلاقته بكل من فعالية الذات ومستوى الطموح لدى عينة طلاب جامعة الطائف، قسم علم النفس - كلية التربية بجامعة أم القرى.
- ٣١ - العلي، نصر وسحلول، محمد (٢٠٠٦). العلاقة بين فعالية الذات ودافعية الإنجاز وأثرهما في التحصيل الأكاديمي لدى طلبة الثانوية في مدينة صنعاء، مجلة العلوم التربوية والاجتماعية والإنسانية، جامعة أم القرى، ١٨(١): ٩٢-١٣٠.
- ٣٢ - عيسوي، عبدالرحمن (١٩٨٩). علم النفس بين النظرية والتطبيق، الإسكندرية: دار الكتب الجامعية.
- ٣٣ - كامل، مصطفى (٢٠٠٣). بعض المتغيرات المرتبطة بالتنظيم الذاتي للتعلم لدى العينة من طلاب الجامعة، المؤتمر العلمي الثامن: التعلم الذاتي وتحديات المستقبل ١١-١٢ مايو، كلية التربية بجامعة المنيا، مصر.

القدرة التنبؤية للتعلم ذاتي التنظيم وفعالية الذات بالتوافق النفسي لدى طلاب الجامعة  
د. أحمد سليم المسعودي

٣٤- كرماش، حوراء (٢٠١٦). الفعالية الذاتية الأكاديمية لدى طلبة كلية التربية الأساسية في جامعة بابل، مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية، (٢٩): ٥٢٧-٥٤٤.

٣٥- المحسن، سلامة (٢٠٠٦). الكفاءة الذاتية المدركة وعلاقتها بدافعية الإنجاز والتوافق والتحصيل لدى طلبة كلية التربية في جامعة اليرموك (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة اليرموك، إربد.

٣٦- محمود، هويدة والجمالي، فوزية (٢٠١٠). فعالية الذات المدركة ومدى تأثيرها على جودة الحياة لدى طلبة الجامعة من المتفوقين والمتعثرين دراسياً، مجلة الأكاديمية الأمريكية العربية للعلوم والتكنولوجيا، ١(١): ٦١-١١٥.

٣٧- مزكي، جمال الدين (٢٠١٥). التوافق النفسي والاجتماعي والدراسي في أوساط طلاب جامعة المدينة العالمية - ماليزيا، مجلة جامعة المدينة العالمية (مجمع)، (٣): ١٠٥ - ١٣٢.

٣٨- مقدادي، يوسف (٢٠٠٩). علاقة الكفاءة الذاتية المدركة بالشخصانية والتكيف النفسي لدى طلبة الجامعة، مجلة المنارة، ١٦(٣):

٣٩- نيهان، بديدة (٢٠٠٦). بناء وتقنين مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي للأطفال الصم باستخدام لغة الإشارة، مجلة كلية التربية بالإسماعيلية، جامعة قناة السويس، (٥): ١٢٥-١٤٨.

40- Bandura, A. (1993). Perceived self-efficacy in cognitive development and functioning, Educational psychologist, 28(2), 117-1.

41- Bandura, A. (1997). Self-efficacy: the exercise of control, New York: W H Freeman/Times Books/ Henry Holt & Co.

42- Bandura, A. (2006). Guide for constructing self-efficacy scales. Self-Efficacy Beliefs of Adolescents, 5: 307-337.

43- Basereh, N. & Pishkar, K. (2016). Self-Directed Learning and Self-Efficacy Belief among Iranian EFL Learners at the advanced Level of Language Proficiency, Journal of Applied Linguistics and Language Research, 3(1): 232-240.

- 44- Bell, T. (2003). Cultural mistrust, self -efficacy, and outcome expectations as predictors of academic and psychosocial adjustment for african -american college students at predominantly white universities (ProQuest Dissertations & Theses Global No. 3086014).
- 45- Boyer, S.; Edmondson, D. ;Artis, A. & Fleming ,D. (2014). Self-Directed learning: a tool for lifelong learning, Journal of Marketing Education, 36(1): 20–32.
- 46- Caprara, G.; Fida, R.; Vecchioné, M.; Del Bove, G.; Vecchio, G.; Barbaranelli, C. & Bandura, A. (2008). Longitudinal analysis of the role of perceived self-efficacy for self regulated learning in academic continuance and achievement, Journal of Educational Psychology,100(30): 525-534.
- 47- Cazan , A. (2012). Self regulated learning strategies - Predictors of academic adjustment , Procedia - Social and Behavioral Sciences , 33:104-108.
- 48- Cazan, A. M. & AniĖei, M. (2010). Motivation, learning strategies and acadmic adjustment , Romanian Journal of Experimental Applied Psychology, 1(1): 61-69.
- 49- Diamond, N.; Koernig, S. K., & Iqbal, Z. (2008). Uniting active and deep learning to teach problem-solving skills: Strategic tools and the learning spiral, Journal of Marketing Education, 30:116-129.
- 50- Fernandez-Rio, J., Cecchini, J. A., Méndez-Gimenez, A., Mendez-Alonso, D., & Prieto, J. A. (2017). Self-regulation, cooperative learning, and academic self-efficacy: interactions to prevent school failure, Front. Psychol, 8(22):1-10.
- 51- Fisher ,M. ; King. J. &Tague ,G. (2001). Development of a self-directed learning readiness scale for nursing education , Nurse Education Today, 21(7):516-525.
- 52- Harris ,K. R. (1990). Developing self Regulated learners the Role of private speech and self Instruction, Journal of Education psychologist , 25(1): 35-49.

- 53- Harris, K. & Graham , S.(1999). Programmatic intervention research: illustrations from the evaluation of self-regulated strategy development learning disabilities quarterly , 22(4):251-262.
- 54- Jansen , R. ; Leeuwen , A. ; Janssen , J. ; Jak , S. & Kester , L. (2019). Self-Regulated Learning Partially Mediates the Effect of Self-Regulated Learning Interventions on Achievement in Higher Education: a Meta-Analysis , Educational Research Review , Available online: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1747938X18304342?via%3Dihub>
- 55- Kitsantas, A.; Winsler, A. & Huie, F. (2008). Self Regulation and Ability Predictors of Academic Success during College: A Predictive Validity Study, Journal of Advanced Academics, 20(1): 42-68.
- 56- Kizliceç , R , ; Perez- Sanagustin , M. & Maldonado , J. (2017). Self-regulated learning strategies predict learner behavior and goal attainment in Massive Open Online Courses , Computers & Education ,104:18-33.
- 57- Kwon , E. (2018). The Effect of Self-Regulated Learning Factors on Learning Motivation on Underachiever , Journal of Digital Convergence, 16(3):113-119.
- 58- Lin , X. ;Tsai , J. & Hu , Q. (2018). The moderating role of self-regulated learning in job characteristics and attitudes towards web-based continuing learning in the airlines workplace, Australasian Journal of Educational Technology, 34(1):102-115.
- 59- Liu, W. (2004). Multicultural competency in research examining the relationships among multicultural competencies research training and self-efficacy and multicultural environment, Cultural Diversity & Ethnic Minority Psychology,10 (4): 324-339.

- 60- Multon, K., Brown, S., and Lent, R. (1991). Relation of Self Efficacy Beliefs to Academic Outcomes. A Meta Analytic Investigation , Journal of Counseling Psychology, 2(3): 30-38.
- 61- Natera, L. (1998). Self-efficacy, stress, and adjustment in latino college students (ProQuest Dissertations & Theses Global No. 1391062).
- 62- Negari, G. & Solaymani, M.(2013).The relationship among autonomy, thinking styles and language learning strategy use in Iranian EFL learners, International Journal of Linguistics,5(1):332 – 347.
- 63- Oliveira, A. & Simões, A. (2006). Impact of socio-demographic and psychological variables on the self directedness of higher education students, International Journal of Self-Directed Learning, 3(1):1-11.
- 64- Panadero , E. (2017). A Review of Self-regulated Learning: Six Models and Four Directions for Research , Front Psychol, 8: 422.
- 65- Pintrich, P. R. (2004). A conceptual framework for assessing motivation and self-regulated learning in college students, Educ Psychol Rev, 16: 385–407.
- 66- Ponton ,K. ; Carr , B. ;Schuette , C. & Confessore , G. (2010). Self-efficacy and the learner autonomy profile , International Journal of Self Directed Learning, 7(2): 54-63.
- 67- Ramos, S. & Nicholas, L. (2007). "Self efficacy of first generation and non first generation college students: the relationship with academic performance and college adjustment", Journal of College Counseling ,10 (1): 6 -20.
- 68- Roberts ,D. ; Bennett , J. & Johson , R.(2016). Measuring self-efficacy for self-directed learning: An evaluation of the Hoban and Sersland Self-Efficacy for Self-Directed Learning Questionnaire (SE-SDLQ) , Caribbean Journal of Nursing , 3(1): 36-58.

- 69- Saeid , N. & Eslaminejad , T.(2017). Relationship between Student's Self-Directed-Learning Readiness and Academic Self-Efficacy and Achievement Motivation in Students, International Education Studies, 10(1): 225-232.
- 70- Samuelsson, J. (2008). The impact of different teaching methods on students' arithmetic and self-regulated learning skills, Educational Psychology in Practice, 24(3):237-250
- 71- Taylor, S.; Hunter, G.; Melton, H. & Goodwin, S.(2011).Educating students to give them a sustainable competitive advantage, Journal of Marketing Education, 33: 73-92.
- 72- Tekkol, A. &Demirel, M. (2018). An Investigation of Self-Directed Learning Skills of Undergraduate Students , Front Psychol, 9, 2324.
- 73- Thomas. J. & Rohwer, D. (1986).Academic studding: the Role of learning strategies, Journal of Educational psychologist , 21(1):1-2.
- 74- Tzu-Chi ,Y. ; Chang , C. M. & Sherry , C. (2018). The influences of self-regulated learning support and prior knowledge on improving learning performance , Computers & Education ,126:37-52.
- 75- Yusoff , Y. M.(2011). Self-Efficacy, Perceived Social Support, and Psychological Adjustment in International Undergraduate Students in a Public Higher Education Institution in Malaysia , Journal of Studies in International Education, 16(4): 353-371.
- 76- Vermunt , J. D. (2005). Relations between Student Learning Patterns and Personal and Contextual Factors and Academic Performance. Higher Education, 49(3): 205-234.