

## التنظيم الذاتي الإدراكي في ظل استخدام تكنولوجيا المعلومات

### والاتصال وعلاقته بالضجر الأكاديمي لدى طلاب الجامعة

إعداد

أ.م.د/ شيماء أحمد نبوى توفيق

أ.م.د/ سماح جودة علي وهبه

أستاذ مساعد إدارة مؤسسات الأسرة والطفولة

أستاذ مساعد إدارة مؤسسات الأسرة والطفولة

كلية الاقتصاد المنزلى ، جامعة الأزهر الشريف

كلية الاقتصاد المنزلى ، جامعة الأزهر الشريف

#### ملخص البحث : Abstract

يهدف البحث الحالي إلى دراسة العلاقة بين التنظيم الذاتي الإدراكي في ظل استخدام تكنولوجيا المعلومات والاتصال والضجر الأكاديمي لدى طلاب الجامعة ، وتكونت عينة الدراسة من (٧٣٠) طالب وطالبة من طلاب الجامعة ، من مستويات اجتماعية واقتصادية مختلفة ، وتكونت أدوات البحث من استمارة البيانات العامة لطلاب الجامعة وأسرهم ، واستبيان التنظيم الذاتي الإدراكي بأبعاده ، واستبيان الضجر الأكاديمي بمحاوره ، وبعد تجميع هذه البيانات تم تصنيفها وتبويبها واستخدام المعاملات الاحصائية المناسبة ببرنامج SPSS وصولاً إلى النتائج ، واتبع البحث المنهج الوصفي التحليلي ، وكان من أهم نتائج البحث وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين التنظيم الذاتي الإدراكي بأبعاده الثلاثة والضجر الأكاديمي بمحاوره الثلاثة ، توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين إجمالي التنظيم الذاتي الإدراكي والفرقة الدراسية ، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب الجامعة من الذكور والإناث عينة الدراسة في إجمالي التنظيم الذاتي الإدراكي لصالح الإناث ، وفي إجمالي الضجر الأكاديمي لصالح الذكور ، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب الجامعة من الريف والحضر ، وبين أمهات طلاب الجامعة العاملات وغير العاملات في كل من إجمالي التنظيم الذاتي الإدراكي وإجمالى الضجر الأكاديمي ، وقد قُدم من خلال الدراسة مجموعة من التوصيات والتي كانت أهمها: على الأقسام المعنية بالأنشطة الطلابية عقد دورات تدريبية وورش عمل للطلبة من أجل اكسابهم مهارات التنظيم الذاتي

المعرفي ، تغيير طرق التدريس المتبعة حالياً من الطريقة التقليدية في التدريس المعتمدة على الحفظ والتلقين بأساليب التدريس الفعالة التي تحفز على الإبداع الجاد، ضرورة قيام شراكة حقيقية بين المؤسسة التعليمية والأسرة لسد الفجوات الموجودة، تحفيز الطلاب للاشتراك في الأنشطة الطلابية المنهجية واللامنهجية، للتخلص من شعور الطلاب بالملل الأكاديمي ، إعادة النظر في مناهج التعليم الجامعي في إطار التوجهات العالمية ، مع تطوير المقررات وتحديثها بحيث تلاحق التطور العلمي السريع ، إعداد برامج تدريبية لطلبة الجامعة لتنمية مهارات التنظيم الذاتي الإدراكي لديهم لمستويات أعلى للحفاظ على الصحة النفسية لديهم .

**الكلمات الدالة Keywords:** التنظيم الذاتي ، التنظيم الذاتي الإدراكي ، التفكير الذاتي الإدراكي، الضبط الذاتي الإدراكي، التوظيف الذاتي الإدراكي ، الضجر الأكاديمي ، طلاب الجامعة .

### **مقدمة وه شكلية البحث: The Introduction and The Problem of the Study**

يعد طلاب الجامعة شريحة مهمة من شرائح المجتمع، فضلاً عن أنهم من أهم الشرائح التعليمية التي تجسد التطور المعرفي والعلمي والبحثي للجامعات بمختلف التخصصات، ويستلزم على الطلبة ان يتسلحوا بعمق الفكر ونضج العقل للوصول الى المعرفة مع ضرورة اكتساب مهارات التواصل الاجتماعي والتنظيم الذاتي وتحديد الأهداف للوصول للنجاح المطلوب، حيث تساهم المرحلة الجامعية من حياة الطلبة بدرجة كبيرة في تحديد مسار حياتهم الأكاديمية والمستقبلية وأهدافهم وطموحاتهم الذاتية، ويعتمد النجاح في هذه المرحلة الجامعية على امتلاك الطالب لمهارات التنظيم الذاتي التي تساعده في السيطرة على تفكيره والتحكم فيما يتلقاه من وسائل التكنولوجيا المختلفة (بوسعيد ، ٢٠٢٢ : ٩) .

ولقد تعددت اتجاهات البحوث مؤخراً نحو الوقوف علي أسباب المشكلات السلوكية والممارسات السلبية في الساحات التعليمية والتي ترجع إلي انخفاض مستوى التنظيم الذاتي بصورة ملحوظة في تلك المرحلة العمرية وما يتخللها من تغيرات عقلية

واجتماعية ونفسية ، حيث يعد التنظيم الذاتي مؤشرا للنجاح والوصول لدرجة الاتزان النفسي والمعنوي وتحقيق الفرد لأهدافه وطموحاته (حسن ، ٢٠٢١ : ١٧).

وتعد مهارة التنظيم الذاتي متغيراً أساسياً في بناء معتقدات ومخططات الطالب الفكرية والقيمية والانفعالية والسلوكية والتي تنعكس أساساً على تشكيل هويته الشخصية، فقد يعاني الطلبة من ضغوطات وأزمات نفسية تؤثر سلباً على قدراتهم المعرفية والوجدانية والسلوكية، التي تحول دون تحقيق أهدافهم المستقبلية ، والتنظيم الذاتي يشمل أربعة أبعاد وهي: وضع الأهداف و الملاحظة الذاتية و مراقبة الطالب الجامعي لتقدمه نحو تحقيق أهدافه، كما يشمل قدرة الطالب على إصدار الأحكام الذاتية على أفعاله وأقواله ونواتج سلوكه وذلك من خلال تقييمه لنفسه أثناء مشواره الدراسي الذي يفرض عليه حكماً ذاتياً لأهدافه المسطرة مسبقاً (بوسعيد ، ٢٠٢٢ : ٩-١٠).

وعلى الرغم ما تفرضه التوجهات العالمية من تطورات ومستجدات في الميدان التعليمي فلا زالت أساليبنا ووسائلنا التعليمية تقليدية لا تتماشى مع ظروف العصر الحالي ( العباسي ، ٢٠١٠ : ٢٦١ )، وأن الطلبة في المدارس والجامعات أصبحوا متلقين للمعرفة أكثر من كونهم مفكرين متفاعلين ليفكروا بطريقة غير تقليدية بعيداً عن المألوف بحيث يستطيعون انتاج أفكار خلاقة لتحسين وتطوير المكاسب المادية بأفضل الطرق (الزيات ، ٢٠٠٩ : ٢٣٧) .

ومن جراء ذلك تتولد لدى الطلبة جانباً من جوانب الاحباط نتيجة إلى عدم قدرتهم على التنظيم الذاتي المعرفي أثناء المذاكرة ونلاحظ في هذه المرحلة هو اعتماد أغلب الطلبة وبشكل أساسي وكبير على المعلم والمنهج وبالتالي تنخفض لديهم القدرة على التنظيم الذاتي المعرفي (الرفوع وآخرون، ٢٠٠٩ : ١١٤).

وأصبح اليوم توظيف تكنولوجيا المعلومات والاتصال في العملية التعليمية ضرورة حتمية ، حيث أصبحت التكنولوجيا جزءاً لا يتجزأ من العملية التعليمية سواء في مجال التعليم العام ومدارسه أو التعليم العالي ومؤسساته المختلفة ، فلا تكاد تخلو مدرسة أو جامعة من امتلاك أدوات التكنولوجيا الحديثة ، كما ظهرت أنماط جديدة من التعلم لم تكن معروفة من قبل ، المدارس الإلكترونية ، والتعليم المفتوح ، والتعلم عن بعد ، والمدارس الافتراضية ، وذلك بتوظيف تكنولوجيا المعلومات والاتصال في جميع المراحل التعليمية (حسن ، ٢٠٢٤ : ٥٢٢).

وتشير دراسة **بو بكر (٢٠١٦)** إلي أن الاستعانة بالتقنيات الحديثة في عملية التعلم بدوره يخلق تطوراً معرفياً يجمع ما بين الإبداع والابتكار ، ويطور المهارات العليا للتفكير .

كما ذكرت دراسة **العليان (٢٠١٩)** أن الاستعانة بالثورة الرقمية تتيح أفقاً جديدة أمام الطالب للحصول علي المعلومة بدقة وبأقل وقت ممكن .

لذلك لابد لطالب القرن الحادي والعشرون أن يعتمد على نفسه في اكتساب المعرفة بحيث يكون ناشطاً في البحث مكتشفاً للمعرفة منظماً لها متحكماً بنتائجها منتقياً لما يناسبه من أجزائها قادراً على اتخاذ القرار المناسب وواعياً لطريقة تفكيره مؤمناً بقدراته واثقاً بنفسه متحملاً مسؤولية قراراته **(الأكرع ، ٢٠١٧ : ٢)** ، فالتنظيم الذاتي المعرفي والإدراكي يعني نقل مسؤولية التعلم المباشر الى المتعلم نفسه مما يشكل دافعاً قوياً لديه في بذل أقصى طاقاته للحصول على أفضل النتائج وبالتالي زيادة ثقته بنفسه وثمار ذلك تفيض بالتأكيد على بقية المواد الدراسية مما يؤدي إلى زيادة القدرة الانتاجية للعملية التعليمية ككل **(عبد الحميد وحمدي ، ٢٠١٤ : ١)** .

وبينت دراسة **الأكرع (٢٠١٧ : ١٠٧)** أن طلبة عينه البحث يتصفون بمستوى منخفض من التنظيم الذاتي المعرفي هذه النتيجة قد تعطينا تفسيراً أن طلبة الجامعة عينة البحث كانوا علي درجة منخفضة من الوعي بعملياتهم المعرفية ، والتي اشتمل عليها التنظيم الذاتي المعرفي ، لأنه كلما زاد وعي الطلبة بعملياتهم التفكيرية حينما يتعلمون ازدادت سيطرتهم علي أمور عدة مثل : الأهداف التي يضعونها لأنفسهم ، واستعدادهم وميولهم ، وانتباههم ، وعززت من التنظيم الذاتي لديهم .

ومن خلال ما تم التطرق إليه فإن الطالب الجامعي الذي يتطلب منه تنظيمياً ذاتياً محكماً، يبنى أساساً من خلال تحديد أهدافه المستقبلية وفقاً لما يتناسب مع قدراته وإمكاناته الذاتية، ، فإما يشعر الطالب بشعور الفخر والإعزاز والرضا والإنجاز لتحقيقه لأهدافه المستقبلية، أو يشعر بمشاعر الذنب والإحباط والفشل والعجز لإخفاقه في تحقيق أهدافه التي يسعى إليها، وهذا قد يؤثر على التنظيم الذاتي للطالب الجامعي من الناحية الفكرية والإنفعالية والسلوكية، حيث أن المشاعر الإنفعالية السلبية، يتولد عنها أفكار و معتقدات آلية سلبية أيضا تؤدي إلى استجابات ردود أفعال سلوكية غير موافقة للمواقف الحرجة، قد تؤثر على الحالة الفسيولوجية للطالب الجسدية منها والنفسية كمشاعر القلق

والتوتر وعدم الاستقرار الفكري ، وهذا قد يتسبب للطلبة الجامعيين العديد من المشاكل النفسية والانفعالية والصحية (بوسعيد ، ٢٠٢٢ : ١٣).

ومن تلك المشكلات الضجر الأكاديمي الذي يصنف من أكثر المشكلات الانفعالية شيوعاً وانتشاراً لدى طلبة الجامعة والتي تصيب الطلبة بالشعور بالسأم والملل والغضب (صالح وآخرون ، ٢٠١٣ : ٦٥).

ويعد الضجر من أهم المشكلات الانفعالية التي تتمثل في الحالة النفسية السلبية التي تثير الاحساس بالتعب والانهك لدى الفرد وتشعره بالاستثارة المنخفضة وقد يرجع ذلك لعدم كفاءة المثبرات البيئية والتعرض لفترات طويلة للمواقف الرتيبة (O'Brien, W, 2014 : 237)، كما تتميز هذه الحالة لضعف الاهتمام بالنشاط أو الموقف مع صعوبة التركيز فيه والرغبة في الانصراف عنه (مظلوم، ٢٠١٤ : ٢٢٥).

كما تتعدد أشكاله وصوره بحيث تشمل أكثر من جانب من جوانب حياة الفرد وهذا ما أشارت إليه عبد العال (٢٠١٢ : ٤٦٢) حيث قسمته إلى الضجر الموقفي، الضجر الأكاديمي أو الدراسي ، الضجر السياسي ، الضجر الشخصي ، الضجر العاطفي ، الضجر الاخلاقي، الضجر الصامت، الضجر التائر.

ولعل من أبرز تلك الأشكال وأكثرها انتشاراً الضجر الأكاديمي فهو ذائع الانتشار بين الطلاب في مختلف المراحل التعليمية حيث أكدت نتائج عديد من الدراسات انتشاره بين الطلاب في المراحل المختلفة كدراسه كل من (Tize .et al, 2016) .

حيث أن طلاب الجامعة يعانون بدرجة عالية من مشكلة الضجر الأكاديمي حيث أن الضجر الأكاديمي منتشر بدرجة كبيرة بين هذه الفئة وأن حوالي ٥٩٪ من طلاب الجامعة يجدون محاضراتهم مملة ويشعرون بالضجر الأكاديمي الذي تتمثل مخاطره في أنه ذات عواقب سلبية على مستوى التحصيل الدراسي وعدم الرضا عن الدراسة والتغيب المستمر بل وربما السر أنه تم إيلاء القليل من الاهتمام بالضجر الأكاديمي في التعليم العالي (Mann and Robinson ,2009: 243) .

ومما يزيد من مشكله الضجر الاكاديمي بين طلبة الجامعة وارتفاع مستوى تعرضهم للضغوط البيئية والنفسية وتشنت أفكارهم فضلاً عن ضعف قدرة الطالب على معرفة كيفية استثمار قدراته العقلية وطاقته الكامنة وإدارة وقته وتنظيمه وضعف كفاية المناهج الدراسية لمتطلباتهم وميولهم وحاجاتهم من حب الاستطلاع واكتشاف المعلومات

وضعف اشباع الجوانب العقلية والمعرفية والوجدانية مما يفقدهم الحماس والتحمدي للقدرات بالاضافة الى ضعف الدافعية الداخلية لديهم(الفقي، ٢٠١٦ : ٥٥)، ويشير عبد العال(٢٠١٢ : ٩٨) إلى أن الضجر الأكاديمي ينشأ حينما لا تستطيع السياسة التعليمية من صياغة مناهج دراسية وبيئية تعليمية مستقرة تحقق بعضاً من حاجتهم وطموحاتهم مما يؤدي إلى أن يصبح المتعلم غير قادر على تحقيق ذاته .

لذا يعتبر الشعور بالضجر الأكاديمي مشكلة حقيقية تواجه كثير من الطلاب وتمتد أثرها ليس على الطالب فقط بل على الأسرة والمجتمع كله فقد تهاجم نفسية الفرد وتفكيره وتقده القدرة على تحقيق الذات والابداع وتشعره بالاضطراب والعجز فيفتقد الرغبة في التعلم ويحاول الهروب من المواقف التعليمية المختلفة (الشافعي، ٢٠١٦ : ٣٦٩) .

كما أكد ذلك أيضا ما أشار إليه ( 2011 : *Daschmann .et al,*

**436**) بأن شعور الطالب بالضجر في المجال الأكاديمي قد يؤدي الى زيادة احتمالات معاناته من تدني مفهوم الذات ونقص الدافعية للأداء الجيد وضعف الاهتمام بالمواد الدراسية الأمر الذي يؤثر سلباً على ادراكات الطالب وقراراته حول اختياره للمقررات الدراسية لذلك من الضروري دراسة مشكلة الضجر ومن ثم محاولة التقليل من آثاره السلبية إلى أقصى درجة ممكنة .

وفيما يتعلق بتنظيم الذات فهو من المفاهيم الحديثة بعلم الصحة النفسية ويعد الميكانيزم أو الآلية التي تنمي لدى الفرد مجموعة السلوكيات والمهارات والعادات التي تؤثر ايجابياً في عملية التعليم والتعلم وتساعد في التنظيم والتخطيط والتوافق لتحقيق الأهداف ومن ثم تطوير بيئته الذاتية ( فراج، ٢٠١٢ : ٤٨٣ - ٤٨٤ ) ، كما أكدت نتائج دراسة (*Zimmerman & Kitsantas, 2014*) على أهمية تنظيم الذات في تنظيم حياة الفرد وزيادة قدرته على الإنجاز وتحقيق التوافق الأكاديمي.

ومن ثم تعد الدراسة الحالية إحدى المحاولات للتصدي و تسليط الضوء على موضوع شديد الأهمية في الوقت الحالي وهو الضجر الأكاديمي لدى الشباب الجامعي والذي يعد من أهم القضايا التربوية والتعليمية لما له من آثار سلبية على التوافق النفسي والأكاديمي للفرد واذ لمسنا واقع الطلاب اليوم في الجامعات نجد أننا بحاجة لمزيد من الدراسات في هذا الموضوع ، وأيضاً الاهتمام بالدراسات الخاصة بتنظيم الذات المعرفي والإدراكي حيث يعد من المتغيرات وثيقة الصلة لتحسين مستويات الأداء وإدارة المعرفة

وتنظيمها لدى الطلاب وخاصة في ظل استخدام وانتشار تكنولوجيا المعلومات والاتصال واعتماد الطالب علي اكتساب المعارف والمعلومات المختلفة من تلك الوسائل لذلك يعتبر الطالب في حاجه ماسه لاكتساب مهارات التنظيم الذاتي الإدراكي للتعامل مع تلك المعلومات والمعرفة المكتسبة في المرحلة التعليمية سواء من الجامعة أو المعلومات التي يحصل عليها من الوسائل التكنولوجية الحديثة ، وهذا يتحقق من خلال محاول دراسة طبيعة العلاقة بين التنظيم الذاتي الإدراكي والضجر الأكاديمي نظراً لما تمثله من جانب مهم لدى عينة الدراسة.

وتتلخص مشكلة البحث في الإجابة عن السؤال الرئيسي التالي :

ما العلاقة بين التنظيم الذاتي الإدراكي بأبعاده الثلاثة (التفكير الذاتي الإدراكي ، الضبط الذاتي الإدراكي ، التوظيف الذاتي الإدراكي) والضجر الأكاديمي بمحاورها الثلاثة (المكون النفسي للضجر الأكاديمي - المكون التعليمي للضجر الأكاديمي - المكون الأسري للضجر الأكاديمي ) لدي طلاب الجامعة ؟

#### **هدف البحث: Aim of the Study:**

يهدف هذا البحث بصفة رئيسة الى دراسة العلاقة بين التنظيم الذاتي الإدراكي في ظل استخدام تكنولوجيا المعلومات والاتصال والضجر الأكاديمي لدي طلاب الجامعة ، وتنبتق منه الأهداف الفرعية التالية :-

- ١- تحديد مستوى التنظيم الذاتي الإدراكي بأبعاده الثلاثة (التفكير الذاتي الإدراكي ، الضبط الذاتي الإدراكي ، التوظيف الذاتي الإدراكي ، إجمالي التنظيم الذاتي الإدراكي).
- ٢- تحديد مستوى الضجر الأكاديمي بمحاوره الثلاثة ( المكون النفسي للضجر الأكاديمي - المكون التعليمي للضجر الأكاديمي - المكون الأسري للضجر الأكاديمي ، إجمالي الضجر الأكاديمي ).
- ٣- دراسة العلاقة الارتباطية بين التنظيم الذاتي الإدراكي بأبعاده الثلاثة (التفكير الذاتي الإدراكي ، الضبط الذاتي الإدراكي ، التوظيف الذاتي الإدراكي ، إجمالي التنظيم الذاتي الإدراكي ) ، والضجر الأكاديمي بمحاوره الثلاثة ( المكون النفسي للضجر الأكاديمي - المكون التعليمي للضجر الأكاديمي - المكون الأسري للضجر الأكاديمي ، إجمالي الضجر الأكاديمي ).

- ٤- دراسة العلاقة بين بعض المتغيرات الاقتصادية والاجتماعية لطلاب الجامعة عينة الدراسة (الفرقة الدراسية ، عدد أفراد الأسرة ، المستوى التعليمي للأب ، المستوى التعليمي للأم ، مهنة الأب ) والتنظيم الذاتي الإدراكي بأبعاده الثلاثة والضجر الأكاديمي بمحاوره الثلاثة.
- ٥- الكشف عن الفروق بين طلاب الجامعة من الذكور والإناث في كل من التنظيم الذاتي الإدراكي بأبعاده الثلاثة ، والضجر الأكاديمي بمحاوره الثلاثة .
- ٦- الكشف عن الفروق بين طلاب الجامعة من الريف والحضر في كل من التنظيم الذاتي الإدراكي بأبعاده الثلاثة ، والضجر الأكاديمي بمحاوره الثلاثة .
- ٧- الكشف عن الفروق بين أمهات طلاب الجامعة العاملات وغير العاملات في كل من التنظيم الذاتي الإدراكي بأبعاده الثلاثة ، والضجر الأكاديمي بمحاوره الثلاثة .
- ٨- قياس أوجه التباين بين طلاب الجامعة عينة الدراسة في كل من التنظيم الذاتي الإدراكي بأبعاده الثلاثة ، والضجر الأكاديمي بمحاوره الثلاثة تبعاً للدخل الشهري للأسرة .

### أهمية البحث : Significance

تكمن أهمية هذا البحث فيما يسعى إلي تحقيقه وهو الكشف عن العلاقة بين التنظيم الذاتي الإدراكي وعلاقته بالضجر الأكاديمي لطلاب الجامعة ، كما تتمثل أهمية البحث في الآتي:-

- ١- اهتمامه بشريحة مهمة في المجتمع ألا وهي الشباب بصفة عامة والمرحلة الجامعية بصفة خاصة وذلك بتوعيتهم بالتنظيم الذاتي الإدراكي خاصة في ظل استخدام تكنولوجيا المعلومات والاتصالات حيث فرض ذلك الاهتمام بالتكنولوجيا واستخدامها معظم الوقت في جميع مجالات الحياة التعليمية والترفيهية والاجتماعية ، مما أوجب دراسة التنظيم الذاتي الإدراكي وتأثيرها علي حياة الشاب بالإيجاب أو السلب .
- ٢- تتبع أهمية الدراسة الحالية من أهمية التنظيم الذاتي الإدراكي لما له من دور في تنمية دافعية المتعلمين نحو التحصيل الدراسي، وتوجيه سلوكهم نحو تحقيق أهدافهم الشخصية .
- ٣- أن معرفة وتحديد مستوى التنظيم الذاتي الإدراكي لدى الطلبة الجامعيين سيساعد المرشدين التربويين في المؤسسات التعليمية على وضع برامج إرشادية وعلاجية إن لزم

الأمر بهدف تحسين هذه القدرة عند المتعلمين في مختلف المراحل العمرية والدراسية واختبار فعالية هذه البرامج.

٤- توجيه الأنظار إلي مشكلة من المشكلات التي يعاني منها الطلاب وتؤثر علي تحصيلهم الدراسي وأدائهم الأكاديمي وهي مشكلة الضجر الأكاديمي وتأثيره السلبي علي الطالب ومستقبله .

٥- بالرغم من وجود عدد من الدراسات السابقة في مجال التخصص التي أجريت عن التنظيم والتنظيم الذاتي إلا أنه لم توجد دراسات سابقة - في حدود علم الباحثة- تناولت التنظيم الذاتي الإدراكي أو دراسات جمعت بين التنظيم الذاتي الإدراكي والضجر الأكاديمي لطلاب الجامعة لذلك تعد هذه الدراسة إضافة علمية علي المستوي الأكاديمي لأنها ربطت بين موضوعين هامين شديدي التأثير بالمجتمع وهما التنظيم الذاتي الإدراكي والضجر الأكاديمي.

٦- محاولة إضافة أدوات جديدة لمجال التخصص عبارة عن تصميم استبيان عن التنظيم الذاتي الإدراكي لطلاب الجامعة ، وأيضاً استبيان عن الضجر الأكاديمي لطلاب الجامعة .

٧- التوصل إلي توصيات قد تكون بداية لبحوث جديدة في هذه المجال كما قد تكون حلول واقعية لمواجهة المشكلات الخاصة بالتنظيم الذاتي الإدراكي ، والضجر الأكاديمي .

### الفروض البحثية: Hypotheses:

**الفرض الأول :** لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التنظيم الذاتي الإدراكي بأبعاده الثلاثة (التفكير الذاتي الإدراكي ، الضبط الذاتي الإدراكي ، التوظيف الذاتي الإدراكي ، إجمالي التنظيم الذاتي الإدراكي ) ، والضجر الأكاديمي بمحاوره الثلاثة (المكون النفسي للضجر الأكاديمي - المكون التعليمي للضجر الأكاديمي - المكون الأسري للضجر الأكاديمي ، إجمالي الضجر الأكاديمي ) لطلاب الجامعة عينة الدراسة.

**الفرض الثانى :** لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين بعض متغيرات المستوي الاقتصادي والاجتماعي لطلاب الجامعة عينة الدراسة ( الفرقة الدراسية ، عدد أفراد الأسرة ، المستوي التعليمي للأب ، المستوي التعليمي للأُم ، مهنة الأب ) وكل من التنظيم الذاتي الإدراكي بأبعاده الثلاثة ( التفكير الذاتي الإدراكي ، الضبط الذاتي الإدراكي ، التوظيف الذاتي الإدراكي ، إجمالي التنظيم الذاتي الإدراكي ) ، والضجر الأكاديمي

بمحاوره الثلاثة (المكون النفسي للضجر الأكاديمي - المكون التعليمي للضجر الأكاديمي - المكون الأسري للضجر الأكاديمي ، إجمالي الضجر الأكاديمي).

**الفرض الثالث :** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب الجامعة من الذكور والإناث في كل من التنظيم الذاتي الإدراكي بأبعاده الثلاثة ، والضجر الأكاديمي بمحاوره الثلاثة .

**الفرض الرابع :** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب الجامعة من الريف والحضر في كل من التنظيم الذاتي الإدراكي بأبعاده الثلاثة ، والضجر الأكاديمي بمحاوره الثلاثة .

**الفرض الخامس :** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أمهات طلاب الجامعة العاملات وغير العاملات في كل من التنظيم الذاتي الإدراكي بأبعاده الثلاثة، والضجر الأكاديمي بمحاوره الثلاثة.

**الفرض السادس :** لا يوجد تباين دال إحصائياً بين طلاب الجامعة عينة الدراسة في كل من التنظيم الذاتي الإدراكي بأبعاده الثلاثة، والضجر الأكاديمي بمحاوره الثلاثة تبعاً للدخل الشهري للأسرة .

### النمط البحثي Research Style

#### أولاً: المصطلحات العلمية والمفاهيم الإجرائية للبحث Terminology :-

#### ❖ التنظيم الذاتي Self-regulation :

هو مهارة ذات تأثيرات علي قدرة الفرد لتحمل الرغبات المطلوبة والتعامل مع الفشل وخيبة الأمل والعمل نحو النجاح (1) (Bandy ,2010).

هو مجموعة من الطرق التي تستخدم لإدارة الذات ومراقبتها وتقييمها وتعزيزها وتحديد أهداف واضحة المعالم وصولاً إلي حياة أفضل ( الفقي ، ٢٠١٢ : ١٦).

وهو تحكم الفرد في سلوكه الحالي وميله إلي ضبط النفس والتحكم الذاتي بهدف تحقيق الرضا النفسي الداخلي ( النوايسة و محادين ، ٢٠١٣ : ١٠٦).

التنظيم الذاتي ليس قدرة من القدرات أو مهارة من مهارات الاداء الأكاديمي فقط وإنما هو عملية توجيه ذاتي يتم من خلالها توظيف الفرد لقدراته العقلية إلى الأفكار والمشاعر والسلوكيات التي تتولد ذاتيا وتتجه نحو تحقيق الأهداف و الفرد المنظم ذاتيا

يتحكم في جهوده ويحدد أهدافه والمهارات التي يستخدمها ثم يراقب سلوكه ويتأمل ذاته، والتأمل الذاتي يزيد من الرضا والدافعية للإنجاز الدراسي (سعد ، ٢٠١٣ : ٤٠١).

وهو عملية نشطة تظهر قدرة الفرد علي ضبط وإحداث تغييرات في سلوكه وفي البيئة المحيطة من أجل تحقيق أهدافه وذلك من خلال مهارات التخطيط ووضع الأهداف ومراقبة الذات وتقييمها وتعزيز الذات وضبط المثيرات الخارجية (علي ، ٢٠١٥ : ٤٢).

#### ❖ التنظيم الذاتي الإدراكي *Cognitive Self -Regulation*:

هو مجموعة الأساليب التي يستخدمها الطلبة بصورة ذاتية وبطرق مختلفة من أجل تنظيم المعرفة بصورة طبيعية والتي تنعكس على سلوكياتهم عند مواجهتهم المواقف المختلفة داخل البيئة التعليمية وخارجها (عبد ، ٢٠١٣ : ٢٦).

ويقصد به أيضاً قدره الطلبة على فهم تعلمهم والسيطرة عليه ويسمح لهم بان يكونوا أكثر مشاركة وفاعلية في تعلمهم الخاص بهم ويكونوا قادرين على اختيار التجارب العلمية الملائمة وبنائها واختيار شكل التعليم الذي يحتاجون اليه ومقداره وتطوير استعمال مجموعة متنوعة من الاستراتيجيات للتعلم مع استعمال ما وراء المعرفة للسيطرة على تعلمهم (الاکرع ، ٢٠١٧ : ١٢).

#### ❖ تكنولوجيا المعلومات ICT

هي استخدام أجهزة الحاسبات والبرمجيات والاتصالات في إدخال وتشغيل وتخزين ونقل المعلومات من أجل تحقيق هدف رئيسي يتمثل في توفير الوقت من خلال سهولة التنفيذ (أحمد ، ٢٠١٣ : ٥١).

وهي أيضاً قدرة الفرد على استخدام التكنولوجيا الرقمية وأدوات الاتصال والشبكات والمعلومات وإدارة المعرفة ، كما أنها تمكن المتعلمين من توظيف الأدوات والبرامج التكنولوجية في عملياتهم التعليمية فعلي سبيل المثال يحتاج الطلاب إلي استخدام برامج البوربوينت والإكسل لتقديم نتائج مشروعاتهم التعليمية واكتساب المعرفة ومشاركته بطرق متنوعة (Reynolds .et al , 2016).

وبناء علي ما سبق يُعرّف التنظيم الذاتي الإدراكي في ظل استخدام تكنولوجيا المعلومات إجرائياً بأنه :

سلوك الطالب الجامعي الموجه نحو تحقيق أهدافه عن طريق مجموعة المشاعر والانفعالات والأفكار والمعرفة من خلال التخطيط لها وتعديلها وإدارة تلك الأفكار لتعديل

السلوك والانفعالات وباستخدام بعض العمليات التي يستعملها في تنظيم تعلمه ذاتياً مثل ( التخطيط والمراقبة والضبط والتقويم ) ، وفي ظل استخدام الطالب لوسائل التكنولوجيا المختلفة للتعامل الشخصي الآمن مع المعلومات والمعرفة والتي تنعكس علي النواحي التعليمية والاجتماعية في حياته.

❖ أبعاد التنظيم الذاتي الإدراكي :

(١) التفكير الذاتي الإدراكي :

يُعرّف التفكير الذاتي الإدراكي إجرائياً بأنه :

مرحلة من مراحل التخطيط ووضع الأهداف إذ تتعلق بالتخطيط الجيد للوقت والجهد المطلوب لعملية التعلم وإعادة ترتيب المعلومات مما يجعل عملية التعلم أيسر وفهم الوسائل التي يستخدمها الطالب الجامعي من انتباه وتوظيف الحواس في اكتساب المعرفة .

(٢) الضبط الذاتي الإدراكي :

يُعرّف الضبط الذاتي الإدراكي إجرائياً بأنه :

جزء من مرحلة الأداء وهي المرحلة الثانية من مراحل استعمال التنظيم الذاتي الإدراكي وفيها يتم الضبط الذاتي والملاحظة السلوكية بوصفها عناصر أساسية في مرحلة التنفيذ والأداء الذي يقوم الطالب فيها بوضع المادة الإدراكية بسياقات تنظيمية منسجمة بحيث تكون على شكل مفهوم واضح المعالم ، وتفاعله مع المادة الإدراكية من طرح الأسئلة على نفسه ، والاستفسار من الآخرين والانشغال بكل ما يؤدي للوصول الى ترسيخ المعرفة والمعلومات واكتسابها من أجل تحقيق الأهداف في مرحلة التفكير والتخطيط .

(٣) التوظيف والتقييم الذاتي الإدراكي :

يُعرّف التوظيف والتقييم الذاتي الإدراكي إجرائياً بأنه :

المرحلة البعدية التي يتم فيها تقييم الطالب لنتائج مجهوده ورضاه عن الأداء لتنظيم تعلمه ذاتياً ، وتوظيف إمكاناته للاستفادة من المعرفة المكتسبة في حل المشكلات ومواجهة المواقف في البيئة التعليمية وخارجها ، ومحاولة تقييم الطالب لجوانب الإدراكية والدافعية والسلوكية والبيئية من أجل تحقيق الأهداف في المرحلتين السابقتين .

## ❖ الضجر :

عرف الضجر في قاموس APA الخاص بعلم النفس بأنه حالة من الإرهاق أو اللامبالاة الناتج عن عدم المشاركة في المحفزات في البيئة: (Taylor .et al, 2010) . 17)

كما يعرف بأنه عاطفة متكررة الخبرة وغالباً ما يوصف انتشاره بأنه وباء المجتمع الحديث علي الرغم من الفوائد المحتملة من الضجر في مواقف محددة الشروط ، علي سبيل أنه يمكن أن يساعد الشخص في بدء عمليات إبداعية والتأمل الذاتي كناحية إيجابية للضجر (401 : Thomas .et al ,2014) .

وكذلك عرف علي أنه الحالة الانفعالية العابرة غير السارة ويجد الفرد لديه ملل ورتابة عدم اهتمام ولا يحدد علي وجه الخصوص ما الذي يجب فعله وينقصه الاهتمام بمحيطه الخارجي ، هذه الحالة هي نتيجة لنقص الحافز ، وقلة الاستثارة ، وانعدام الرغبة ، وعدم المشاركة النفسية في المواقف الحياتية المختلفة التي من المفترض المشاركة بها ، (Lenug & Zhang,2016:232) .

## ❖ الضجر الأكاديمي :

يُعرف الضجر بأنه مشاعر انفعالية سلبية تضي علي الذات حالة من الكسل والكدر والصمت واللاوعي الذي يجعل الحياة خالية من المعني والمتعة (عبد العال ، ٢٠١٢ : ٤٣٧) .

وهو الخبرة أو الحالة الانفعالية التي تتضمن مشاعر الاستياء وعدم الرضا التي يفقد فيها الفرد التركيز والوعي بمشاعره والمثيرات البيئية (2 : Alda .et al, 2015) . وأشارت الفقي (٢٠١٦ : ٦٣) إلي أن الضجر الأكاديمي هو مجموعة من الانفعالات السلبية الناتجة عن اعتقادات خاطئة حول ما يتوقعه الطالب وما هي الأشياء التي تشبع حاجاته وتحقق أهدافه من المناهج الدراسية ، واستخدام استراتيجيات وأنشطة تدريسية لا تتوافق معه ، فتجعله يشعر بالرتابة ومرور الوقت ببطء وتفضيل التجنب والهروب من المواقف التعليمية.

كما عرفه عبد اللطيف (٢٠٢٠: ٤٥٧) بأنه حالة انفعالية غير سارة للطالب الجامعي تضيي مشاعر الإحباط ، والاكتئاب ، والتوتر، والشعور بالعزلة أثناء دراسته ، وافتقاره إلي الاستثارة الخارجية والداخلية ، وشعوره بالرتابة وضعف في إدارة الوقت بشكل جيد .

ومما سبق يمكن تعريف الضجر الأكاديمي إجرائياً بأنه :  
حالة من اللامبالاة يشعر بها الطالب الجامعي مع وجود مشاعر انفعالية سلبية ناتجة عن شعوره بالرتابه والملل اتجاه التعليم الجامعي والمناهج الدراسية وضعف إدارة الوقت بشكل جيد .

❖ أبعاد الضجر الأكاديمي :

(١) المكون النفسي للضجر الأكاديمي

يُعرف المكون النفسي للضجر الأكاديمي إجرائياً بأنه :

شعور الطالب الجامعي بالرتابه والملل والانطباع الشخصي الخاطئ عن قيمة الدراسة واستعداد الطالب للاستثارة العصبية تجاه مواقف الحياة المختلفة ، وعدم القدرة علي الضبط الذاتي ، والشعور المستمر بالاحترق ، والانهاك النفسي، وقلق المستقبل ، وضعف الرغبة في التواصل الشخصي بسبب الاعتيادية وعدم اشباع حاجاته النفسية .

(٢) المكون التعليمي للضجر الأكاديمي

يُعرف المكون التعليمي للضجر الأكاديمي إجرائياً بأنه :

الانفعالات السلبية للطالب الجامعي الناتجة من اعتقادات خاطئة حول ما يتوقعه الطالب وما هي الاشياء التي تشبع حاجاته وتحقق اهدافه من المقررات الدراسية مع شعوره بالقصور في استخدام طرق التدريس الملائمة مع عدم توفر الإمكانيات اللازمة لتحقيق الاستفادة الكاملة منها، وتقديم برامج دراسية لا تناسب مستوي التحدي المناسب مما يولد عنده وقت كبير من الفراغ واستياء وملل من التعلم .

(٣) المكون الأسري للضجر الأكاديمي

يُعرف المكون الأسري للضجر الأكاديمي إجرائياً بأنه :

الصراع الناتج بين ما يريده الطالب الجامعي من تحقيق طموحاته الخاصة به بحيث تتناسب مع قدراته ورغباته وبين توقعات وطموحات الوالدين ، او استخدام

أساليب معاملة والدية سلبية أو ممارسة بعض أشكال العنف داخل أسرته لإرغامه علي التعلم بصورة معينة مع نقص الإرشاد والتوجيه والتحفيز .

#### ❖ ويعرف طلاب الجامعة إجرائياً في البحث بأنه :

هو كل طالب وطالبة يمر بمرحلة التعليم الجامعي يقع في الفئة العمرية ١٨-٢٤ سنة ويستخدم تكنولوجيا المعلومات والاتصالات في حياته التعليمية والاجتماعية والترفيهية وفي ظل التعليم عن بعد والتعلم الذاتي ، هذه الفئة تتميز بالحيوية والنشاط والقابلية للتغيير والاستعداد لتنمية ذاتهم .

#### ثانياً : منهج البحث Methodology :

اتبعت الدراسة الحالية المنهج الوصفي التحليلي وهو المنهج الذي يقوم على وصف ظاهرة أو أحداث أو أشياء معينة وجمع الحقائق والمعلومات والملاحظات عنها ، ووصف الظروف الخاصة بها ، وتقرير حالتها كما توجد عليه في الواقع ، كما يهتم بتقرير ما ينبغي أن تكون عليه الأشياء والظواهر التي يتناولها البحث وذلك في ضوء قيم أو معايير معينة، واقتراح الخطوات أو الأساليب التي يمكن أن تتبع للوصول بها إلى الصورة التي ينبغي أن تكون عليها في ضوء هذه المعايير أو القيم (المحموي ، ٢٠١٩ : ٤٦).

#### ثالثاً: حدود البحث Delimitations : وتشمل:

##### - الحدود البشرية:

- مجتمع الدراسة : اشتمل علي طلاب الجامعة من طالبات جامعة الأزهر و طلاب وطالبات جامعة بنها ، تم اشتقاق عينة عشوائية من بعض الكليات التابعة للجامعتين.
- العينة الاستطلاعية : تم تطبيق الاستبيان على عينة استطلاعية من طلاب الجامعة ، و تم اختيارهم بطريقة صدفية غرضية، من ريف وحضر ومن مستويات اجتماعية واقتصادية مختلفة، وتم إضافتهم بعد ذلك للعينة الأساسية .
- عينة الدراسة الأساسية : بلغت عينة الدراسة علي ٧٣٢ من طلاب الجامعة من مستويات اقتصادية واجتماعية مختلفة .

##### - الحدود الزمنية : استغرقت الدراسة الميدانية الفترة ما بين ١٠/١٠/٢٠٢٤ م حتى

١٥/١١/٢٠٢٤ م .

**- الحدود المكانية :** تم تطبيق أدوات البحث علي عينة من طلاب الجامعة وذلك من خلال استبيان طبق بالمقابلة الشخصية مع طلاب الجامعة ، وإلكترونياً من خلال الرابط التالي :

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdCv5PnDAQg-QQ4fVYHDWBASxM3ydfGi\\_cWvyAn7XOBEkMVKQ/viewform?usp=sf\\_link](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdCv5PnDAQg-QQ4fVYHDWBASxM3ydfGi_cWvyAn7XOBEkMVKQ/viewform?usp=sf_link)

، وذلك من كليات مختلفة نظرية وعملية من جامعة الأزهر ، جامعة بنها .

#### **رابعاً: المتغيرات البحثية Research Variables:**

**المتغير المستقل:** يتمثل في التنظيم الذاتي الإدراكي - **المتغير التابع:** يتمثل في الضجر الأكاديمي

**خامساً: أدوات الدراسة Research Tools:** تكونت أدوات الدراسة من: (إعداد الباحثان)

١. استمارة البيانات العامة لطلاب الجامعة وأسرههم .
٢. استبيان التنظيم الذاتي الإدراكي بأبعاده الثلاثة .
٣. استبيان الضجر الأكاديمي بمحاوره الثلاثة .

#### **أولاً: استمارة البيانات العامة لطلاب الجامعة وأسرههم.**

أعدت استمارة البيانات العامة لطلاب الجامعة بهدف الحصول علي بعض المعلومات والتي تحدد مواصفات عينة الدراسة و قد اشتملت علي مجموعة من الأسئلة التي تفيد إجابتها في معرفة بيانات عن الجوانب الاجتماعية والاقتصادية لهم ، وتضم:

- **الجنس :** تم تقسيمه إلي ( ذكر ، أنثي )
- **محل الإقامة :** وتم تقسيمه إلي (ريف ، حضر) .
- **عمل الأم :** تم تقسيمه إلي (تعمل ، لا تعمل) .
- **حجم الأسرة :** تم تقسيم عدد أفراد الأسرة إلي ثلاثة مستويات ( أسرة صغيرة الحجم : ( ٤ أفراد فأقل ) ، أسرة متوسطة الحجم : ( من ٥ إلي ٦ أفراد ) ، أسرة كبيرة الحجم : ( ٧ أفراد فأكثر) .
- **بيانات عن المستوى التعليمي لكل من الأب والأم :** قسم المستوى التعليمي إلي ثلاث مستويات وهي **مستوي منخفض** (أمى ، يقرأ ويكتب ، حاصل على ابتدائية )

مستوي متوسط ( حاصل على الإعدادية ، حاصل على الثانوية أو ما يعادلها) مستوى مرتفع ( مؤهل فوق متوسط ، مؤهل جامعي، دراسات عليا ماجستير، دراسات عليا دكتوراه ).

- مهنة الأب : وتم تقسيمها إلي (وظيفة حكومية ، وظيفة قطاع خاص ، أعمال حره ، علي المعاش ، متوفي ، بدون عمل) .
- الفرقة الدراسية : وتم وضع خيارات من الفرقة الأولى إلي الفرقة الرابعة وغير ذلك .
- نوع الكلية : وتم وضع خيارات ( نظري وعملي ) .
- الدخل الشهري للأسرة : قُسم الدخل إلى ثلاث مستويات : مستوى منخفض (أقل من ٨٠٠٠) ، مستوى متوسط ( من ٨٠٠٠ إلى أقل من ١٥٠٠٠ ) ، مستوى مرتفع (أكثر من ١٥٠٠٠) .

### ثانياً : استبيان التنظيم الذاتي الإدراكي لطلاب الجامعة:-

كان الهدف من اجراء هذا الاستبيان هو دراسة التنظيم الذاتي الإدراكي لطلاب الجامعة بأبعادها الثلاثة ، واشتمل علي مجموعة من العبارات قامت الباحثة بإعدادها بعد استعراض أهم المراجع والدراسات العربية والأجنبية التي تناولت موضوع البحث، وتم إعداد الاستبيان في صورته الأولية وكان عدد عباراته (٣٤) عبارة موزعة على ثلاثة أبعاد وهي:

- ١- التفكير الذاتي الإدراكي : ويشتمل على (١٢) عبارة تقيس التفكير الذاتي الإدراكي لطلاب الجامعة من خلال التخطيط للوقت والجهد وتحديد الهدف وادارة المعرفة.
- ٢- الضبط الذاتي الإدراكي : ويشتمل على (١١) عبارة تقيس الضبط الذاتي الإدراكي لطلاب الجامعة من خلال تنظيم الطالب للجوانب الإدراكية والسلوكية والبيئية.
- ٣- التوظيف الذاتي الإدراكي : ويشتمل على (١١) عبارة تقيس التوظيف الذاتي الإدراكي لطلاب الجامعة من خلال تقييم الطالب لنتائج مجهوده ورضاه عن الأداء لتنظيم تعلمه ذاتياً من ال تحقيق الاهداف.

تقنين الأدوات : يقصد بالتقنين حساب صدق وثبات الاستبيان:

أولاً: حساب صدق الاستبيان Validity :

(أ) صدق المحتوى: للتأكد من صدق أداة الدراسة قامت الباحثة بعرض الصورة الأولية للاستبيان على عدد من الأساتذة المحكمين أعضاء هيئة التدريس في مجال إدارة

مؤسسات الأسرة والطفولة بكلية الاقتصاد المنزلي جامعة الأزهر ، وذلك بهدف معرفة آرائهم وملاحظاتهم ومقترحاتهم حول محاور الاستبيان وفقراته ومدى وضوحها ، وترابطها ، ومدى تحقيقها لأهداف الدراسة ، وقد قامت الباحثة بإجراء التعديلات المشار إليها على صياغة بعض العبارات، وبذلك يكون قد خضع لصدق المحتوى.

(ب) **صدق الاتساق الداخلي** : لحساب صدق استبيان التنظيم الذاتي الإدراكي قامت الباحثة بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة ودرجة البعد الذي تنتمي إليه، وذلك من خلال التطبيق علي عينة قوامها ( ٥٠ ) من طلاب الجامعة تتوافر فيهم شروط عينة الدراسة ، والجدول رقم (١) يبين ذلك:

جدول (١) قيم معامل ارتباط بيرسون لعبارات كل بعد من أبعاد استبيان التنظيم الذاتي الإدراكي والدرجة الكلية للبعد.

التوظيف الذاتي الإدراكي		الضبط الذاتي الإدراكي		التفكير الذاتي الإدراكي	
معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة
**٠,٤٥٧	١	**٠,٥٥٥	١	**٠,٥٢٥	١
**٠,٤١٧	٢	**٠,٥٧٩	٢	**٠,٥٧٩	٢
**٠,٦٣٨	٣	**٠,٦١٧	٣	**٠,٥٨٠	٣
**٠,٦٤٤	٤	**٠,٥٤٢	٤	**٠,٤٨١	٤
**٠,٦٦٧	٥	**٠,٦٢٦	٥	**٠,٥٠٣	٥
**٠,٥٥٥	٦	**٠,٤٩٦	٦	**٠,٤٧٧	٦
**٠,١٨٨	٧	**٠,٥٢٤	٧	**٠,٥٣٢	٧
**٠,٥٣٥	٨	**٠,٥٥٨	٨	**٠,٥٨٩	٨
**٠,٥٩٧	٩	**٠,٥١١	٩	**٠,٥٨٩	٩
**٠,٥٨٤	١٠	**٠,٥١٣	١٠	**٠,٠٧٩	١٠
**٠,٤٤٩	١١	**٠,٥٦٩	١١	**٠,٣٥٣	١١
				**٠,٤٣٢	١٢

(\*\*) دالة عند ٠,٠١

يتضح من جدول (١) أن جميع فقرات استبيان التنظيم الذاتي الإدراكي حققت ارتباطات دالاً مع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه عند مستوى معنوية (٠,٠١) ، مما يشير الى أن الاستبيان يتسم بدرجة عالية من الاتساق الداخلي وأنه يصلح لتقدير التنظيم الذاتي الإدراكي لدي أفراد العينة .

ثانياً حساب ثبات المقياس Reliability: تم حساب ثبات المقياس Reliability

بطريقتين هما:

**الطريقة الأولى:** باستخدام معادلة ألفا كرونباخ **Alpha-Cronbach** لحساب معامل الثبات لتحديد قيمة الاتساق الداخلي للاستبيان حيث تم حساب معامل ألفا للاستبيان بأبعاده .

**الطريقة الثانية:** استخدام اختبار التجزئة النصفية (**Split-half**) وللتصحيح من أثر التجزئة النصفية تم استخدام معادلة التصحيح لسبيرمان - براون (**Spearman-Brown**)، معادلة جتمان (**Guttman**).

جدول (٢) معاملات ثبات استبيان التنظيم الذاتي الإدراكي بأبعاده الثلاثة باستخدام اختبائي معامل ألفا والتجزئة النصفية

التجزئة النصفية		معامل الفا كرونباخ	عدد العبارات	استبيان التنظيم الذاتي الإدراكي
معامل ارتباط جتمان	معامل ارتباط سبيرمان - براون			
٠,٥١٤	٠,٥١٤	٠,٦٥٧	١٢	التفكير الذاتي الإدراكي
٠,٦٦٠	٠,٦٦١	٠,٧٦٢	١١	الضبط الذاتي الإدراكي
٠,٥٦٨	٠,٥٧٢	٠,٧٣٣	١١	التوظيف الذاتي الإدراكي
٠,٧٦٠	٠,٧٦٣	٠,٨٦٥	٣٤	إجمالي استبيان التنظيم الذاتي الإدراكي لطلاب الجامعة

يتضح من الجدول السابق أن قيمة معامل ألفا لاستبيان التنظيم الذاتي الإدراكي ككل هو (٠,٨٦٥) ، معامل سبيرمان - براون هو (٠,٧٦٣) ، ومعامل جتمان (٠,٧٦٠) وتعتبر هذه القيم مرتفعة مما يدل على اتساق وثبات عبارات الاستبيان ، وبذلك يكون الاستبيان صالح للتطبيق.

#### تصحيح الاستبيان :

تم تصحيح استبيان التنظيم الذاتي الإدراكي بتحديد استجابات عينة الدراسة علي كل عبارة وفق ثلاثة استجابات (نعم - أحيانا - لا) وعلي مقياس متدرج متصل ( ٣ ، ٢ ، ١ ) وذلك للعبارات ذات الاتجاه الإيجابي ، والعكس في العبارات ذات الاتجاه السلبي ( ١ ، ٢ ، ٣ ) ، وتم وضع درجات رقمية ( scores ) لاستجابات طلاب الجامعة لكل عبارة من عبارات الاستبيان .

وكان إجمالي عبارات الاستبيان (٣٤) عبارة ، منهم (٢٤ عبارة موجبة) ، (١٠ عبارات سالبة) ، وبناءً على نتائج الاستجابة على استبيان الدراسة قد تم تحديد أقل وأعلى درجة لحساب المدى وتم حسابه من المعادلة التاليه (المدى = أكبر قيمة - أقل قيمة) ، ومن

ثم تحديد المستويات بحساب طول الفئة = المدى ÷ ٣ ، وبذلك أمكن تقسيم درجات التنظيم الذاتي الإدراكي إلى ثلاث مستويات وجدول (٣) يوضح ذلك:

جدول (٣) القراءات الصغرى والكبرى والمدى وطول الفئة لمستويات طلاب الجامعة نحو التنظيم الذاتي الإدراكي بأبعاده (ن = ٧٣٢)

البيان الاستبيان	القراءة الصغرى	القراءة الكبرى	المدى	طول الفئة	المستوى المنخفض	المستوى المتوسط	المستوى المرتفع
التفكير الذاتي الإدراكي	١٦	٣٦	٢٠	٧	٢٣ : ١٦	٣٠ : ٢٤	٣٦ : ٣١
الضبط الذاتي الإدراكي	١١	٣٣	٢٢	٨	١٨ : ١١	٢٦ : ١٩	٣٣ : ٢٧
التوظيف الذاتي الإدراكي	١١	٣٣	٢٢	٨	١٨ : ١١	٢٦ : ١٩	٣٣ : ٢٧
إجمالي استبيان التنظيم الذاتي الإدراكي لطلاب الجامعة	٤٠	١٠٥	٦٥	٢٢	٦٢ : ٤٠	٨٤ : ٦٣	١٠٥ : ٨٥

يتضح من جدول (٣) أن أعلى درجة حصل عليها طلاب الجامعة في التنظيم الذاتي الإدراكي ككل كانت ١٠٥ درجة، وأقل درجة كانت ٤٠ درجة، والمدى ٦٥ وطول الفئة ٢٢ ، وبذلك أمكن تقسيم درجات الاستبيان إلى ثلاثة مستويات (المستوى المنخفض - المستوى المتوسط - المستوى المرتفع).

### ثالثاً: استبيان الضجر الأكاديمي بمحاوره الثلاثة :

كان الهدف من اجراء هذا الاستبيان هو دراسة الضجر الأكاديمي بمحاوره الثلاثة ، واشتمل علي مجموعة من العبارات قامت الباحثة بإعدادها بعد استعراض أهم المراجع والدراسات العربية والأجنبية التي تناولت موضوع البحث، وتم إعداد الاستبيان في صورته الأولية وكان عدد عباراته (٣٥) عبارة موزعة على ثلاثة محاور وهي:

١- المكون النفسي للضجر الأكاديمي: ويشتمل على (١٢) عبارة ، تقيس شعور الطالب بالرتابه والملل والانطباع الشخصي الخاطيء عن قيمة الدراسة وعدم القدرة علي الضبط الذاتي.

٢- المكون التعليمي للضجر الأكاديمي: ويشتمل على (١٣) عبارة تقيس شعوره بالقصورفي طرق التعلم وبرامج دراسية لا تناسب مستوي التحدي المناسب .

٣- المكون الأسري للضجر الأكاديمي: ويشتمل على (١٠) عبارة تقيس الصراع الناتج بين ما يريده الطالب الجامعي من تحقيق طموحاته وبين توقعات وطموحات الوالدين.

تقنين الأدوات : يقصد بالتقنين حساب صدق وثبات الاستبيان:

## أولاً حساب صدق الاستبيان Validity:

(أ) **صدق المحتوى:** للتأكد من صدق أداة الدراسة قامت الباحثة بعرض الصورة الأولية للاستبيان على عدد من الأساتذة المحكمين أعضاء هيئة التدريس في مجال إدارة مؤسسات الأسرة والطفولة بكلية الاقتصاد المنزلي جامعة الأزهر ، وذلك بهدف معرفة آرائهم وملاحظاتهم ومقترحاتهم حول محاور الاستبيان وفقراته ومدى وضوحها ، وترابطها ، ومدى تحقيقها لأهداف الدراسة ، وقد قامت الباحثة بإجراء التعديلات المشار إليها على صياغة بعض العبارات، وبذلك يكون قد خضع لصدق المحتوى.

(ب) **صدق الاتساق الداخلي:** لحساب صدق استبيان الضجر الأكاديمي قامت الباحثة بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة ودرجة المحور الذي تنتمي إليه، وذلك من خلال التطبيق علي عينة قوامها (٥٠) من طلاب الجامعة تتوافر فيهم شروط عينة الدراسة ، والجدول رقم (٤) يبين ذلك:

جدول (٤) قيم معامل ارتباط بيرسون لعبارات كل محور من محاور استبيان الضجر الأكاديمي والدرجة الكلية للمحور.

المكون الأسري للضجر الأكاديمي		المكون التعليمي للضجر الأكاديمي		المكون النفسى للضجر الأكاديمي	
معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة
**٠,٦٥٦	١	**٠,٥٦٣	١	**٠,٣٨٥	١
**٠,٤٩٦	٢	**٠,٦٥٨	٢	**٠,٤٩٤	٢
**٠,٤٠٢	٣	**٠,٦٥٩	٣	**٠,٤٨٧	٣
**٠,٦١٧	٤	**٠,٦٦٨	٤	**٠,٥٢٨	٤
**٠,٦٣٠	٥	**٠,٧٦٣	٥	**٠,٤٣٦	٥
**٠,٧٠٤	٦	**٠,٦٦٤	٦	**٠,٣٢٧	٦
**٠,٦٧١	٧	**٠,٦٧٩	٧	**٠,٤٩٩	٧
**٠,٧٠٧	٨	**٠,٦٠٥	٨	**٠,٤٤٢	٨
**٠,٧٠٥	٩	**٠,٧٥٤	٩	**٠,٣٦٢	٩
**٠,٧٢٩	١٠	**٠,٦٤٩	١٠	*٠,٣٧٩	١٠
		**٠,٤٧٤	١١	**٠,٤٢٤	١١
		**٠,٤٩٢	١٢	**٠,٣١٨	١٢
		**٠,٦٢٦	١٣		

(\*\*) دالة عند ٠,٠١

يتضح من جدول (٤) أن جميع عبارات استبيان الضجر الأكاديمي حققت ارتباطات دالة مع الدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي اليه عند مستوى معنوية (٠,٠١)

، مما يشير الى أن الاستبيان يتسم بدرجة عالية من الاتساق الداخلي وأنه يصلح لتقدير الضجر الأكاديمي لدي أفراد العينة.

ثانياً حساب ثبات المقياس Reliability: تم حساب ثبات المقياس Reliability بطريقتين هما: -

**الطريقة الأولى:** باستخدام معادلة ألفا كرونباخ **Alpha-Cronbach** لحساب معامل الثبات لتحديد قيمة الاتساق الداخلي للاستبيان حيث تم حساب معامل ألفا لكل محور على حدة وللاستبيان ككل بمحاوره الثلاثة .

**الطريقة الثانية:** استخدام اختبار التجزئة النصفية (**Split-half**) وللتصحيح من أثر التجزئة النصفية تم استخدام معادلة التصحيح لسبيرمان - براون (**Spearman-Brown**)، معادلة جتمان (**Guttman**).

جدول (٥) معاملات ثبات استبيان الضجر الأكاديمي بمحاوره الثلاثة باستخدام اختباري معامل ألفا والتجزئة النصفية

التجزئة النصفية		معامل الفا كرونباخ	عدد العبارات	محاور استبيان الضجر الأكاديمي
معامل جتمان	معامل سبيرمان - براون			
٠,٥٦٧	٠,٥٦٧	٠,٥٧٠	١٢	المكون النفسي للضجر الأكاديمي
٠,٨٢٣	٠,٨٣٥	٠,٨٧٥	١٣	المكون التعليمي للضجر الأكاديمي
٠,٧٦٣	٠,٧٧٩	٠,٨٢٧	١٠	المكون الأسري للضجر الأكاديمي
٠,٨٠٠	٠,٨٠٠	٠,٨٨٢	٣٥	إجمالي الضجر الأكاديمي

يتضح من الجدول السابق أن قيمة معامل ألفا لاستبيان الضجر الأكاديمي ككل هو (٠,٨٨٢) ، معامل سبيرمان - براون ومعامل جتمان هما (٠,٨٠٠) وتعتبر هذه القيم مرتفعة مما يدل على اتساق وثبات عبارات الاستبيان بمحاوره الثلاثة ، وبذلك يكون الاستبيان صالح للتطبيق.

#### تصحيح الاستبيان :

تم تصحيح استبيان الضجر الأكاديمي لطلاب الجامعة بتحديد استجاباتهم علي كل عبارة وفق ثلاثة استجابات (نعم - أحيانا - لا) وعلي مقياس متدرج متصل ( ٣ ، ٢ ، ١ ) حيث كانت جميع عبارات الاستبيان سلبية ، وتم وضع درجات رقمية ( scores ) لاستجابات طلاب الجامعة في كل محور من محاور الاستبيان ، وكان إجمالي عدد العبارات (٣٥) عبارة ، وبناءً على نتائج الاستجابة على استبيان الدراسة قد تم تحديد أقل

وأعلى درجة لحساب المدى وتم حسابه من المعادلة ( المدى = أكبر قيمة - أقل قيمة ) ، ومن ثم تحديد المستويات بحساب ( طول الفئة = المدى ÷ ٣ ) ، وبذلك أمكن تقسيم درجات استبيان الضجر الأكاديمي إلى ثلاث مستويات ، وجدول (٦) يوضح ذلك:

جدول (٦) القراءات الصغرى والكبرى والمدى وطول الفئة لمستويات طلاب الجامعة نحو الضجر الأكاديمي بمحاوره الثلاثة (ن = ٧٣٢)

المستوى المرتفع	المستوى المتوسط	المستوى المنخفض	طول الفئة	المدى	القراءة الكبرى	القراءة الصغرى	البيان محاور الاستبيان
٣٤ : ٢٧	٢٦ : ٢٠	١٩ : ١٣	٧	٢١	٣٤	١٣	المكون النفسى للضجر الأكاديمي
٣٩ : ٣١	٣٠ : ٢٢	٢١ : ١٣	٩	٢٦	٣٩	١٣	المكون التعليمي للضجر الأكاديمي
٣٠ : ٢٣	٢٢ : ١٦	١٥ : ٩	٧	٢١	٣٠	٩	المكون الأسري للضجر الأكاديمي
١٠٢ : ٨٠	٧٩ : ٥٨	٥٧ : ٣٦	٢٢	٦٦	١٠٢	٣٦	إجمالي الضجر الأكاديمي

يتضح من جدول (٦) أن أعلى درجه حصل عليها المبحوثين من طلاب الجامعة في الضجر الأكاديمي ككل كانت ١٠٢ درجه، وأقل درجه كانت ٣٦ درجه، والمدى ٦٦ وطول الفئة ٢٢ وبذلك أمكن تقسيم درجات الاستبيان إلى ثلاثة مستويات (المستوى المنخفض - المستوى المتوسط - المستوى المرتفع).

#### سادساً: المعاملات الإحصائية المستخدمة في البحث

قامت الباحثة بتحليل البيانات وإجراء المعالجات الإحصائية باستخدام برنامج SPSS لاستخراج النتائج ، كما تم مراجعة البيانات لضمان صحة النتائج ودقتها، من خلال استخدام بعض المعاملات والأساليب الإحصائية التي استخدمت لكشف العلاقة بين متغيرات الدراسة واختبار صحة الفروض منها (حساب التكرارات والنسب المئوية والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغيرات الدراسة- معامل ارتباط بيرسون لحساب درجة صدق استبيان التنظيم الذاتي الإدراكي واستبيان الضجر الأكاديمي - معامل ألفا لحساب درجة ثبات الاستبيان- اختبار التجزئة النصفية Split-Half لأدوات البحث باستخراج معادلة Spearman-Brown ، معادلة Guttman - حساب معاملات ارتباط بيرسون ، حساب اختبار ت (T- Test) - حساب تحليل التباين فى اتجاه واحد ANOVA واستخدام اختبار Tukey لحساب دلالة الفروق ) .

## نتائج الدراسة الميدانية ومناقشتها : Results and discussion

### أولاً : وصف خصائص عينة الدراسة :

جدول (٧) التوزيع النسبي لعينة الدراسة تبعاً لمتغيرات الحالة الاجتماعية والاقتصادية (ن=٧٣٢)

النسبة المئوية	العدد	المتغير	البيان	النسبة المئوية	العدد	المتغير	البيان	النسبة المئوية	العدد	المتغير	البيان
٢٦,٨	١٩٦	تعمل	عمل الأم	٧٤,٦	٥٤٦	ريف	محل الإقامة	٣٦,٩	٢٧٠	ذكر	الجنس
٧٣,٢	٥٣٦	لا تعمل		٢٥,٤	١٨٦	حضر		٦٣,١	٤٦٢	أنثى	
١٠٠	٧٣٢	المجموع		١٠٠	٧٣٢	المجموع		١٠٠	٧٣٢	المجموع	
١٨,٤	١٣٥	منخفض	المستوي التعليمي للأم	١٥,٣	١١٢	منخفض	المستوي التعليمي للآب	١٣,١	٩٦	٤ أفراد فأقل	حجم الأسرة
٤٨,١	٣٥٢	متوسط		٤٢,٦	٣١٢	متوسط		٧٠,٥	٥١٦	من ٥ إلى ٦ أفراد	
٣٣,٥	٢٤٥	مرتفع		٤٢,١	٣٠٨	مرتفع		١٦,٤	١٢٠	٧ أفراد فأكثر	
١٠٠	٧٣٢	المجموع		١٠٠	٧٣٢	المجموع		١٠٠	٧٣٢	المجموع	
٤٦,٧	٣٤٢	كلية عملية	نوع الكلية	٢,٠	١٥	الأولى	الفرقة الدراسية	٣٨,١	٢٧٩	وظيفة حكومية	مهنة الآب
٥٣,٣	٣٩٠	كلية نظرية		١٨,٦	١٣٦	الثانية		١١,١	٨١	وظيفة قطاع خاص	
١٠٠	٧٣٢	المجموع		٤٨,٠	٣٥١	الثالثة		٢٨,٤	٢٠٨	أعمال حرة	
٣٨,٧	٢٨٣	منخفض (أقل من ٨٠٠٠)	الدخل الشهري للأسرة	٢٨,٨	٢١١	الرابعة		١١,٦	٨٥	على المعاش	
٥٠,٨	٣٧٢	متوسط (من ٨٠٠٠ إلى أقل من ١٥٠٠٠)		٢,٦	١٩	غير ذلك		٥,٦	٤١	متوفى	
١٠,٥	٧٧	مرتفع (أكثر من ١٥٠٠٠)		١٠٠	٧٣٢	المجموع		٥,٢	٣٨	بدون عمل	
١٠٠	٧٣٢	المجموع		١٠٠	٧٣٢	المجموع		١٠٠	٧٣٢	المجموع	

يوضح جدول (٧) الآتي :

اختلاف نسب جنس الطالب حيث جاءت أعلى نسبة للطالبات الإناث بنسبة ٦٣,١ % بينما كانت نسبة الطلاب الذكور ٣٦,٩ % ، كما جاءت نسبة العينة من طلاب الجامعة من الريف ٧٤,٦ % ، في حين بلغت نسبة الحضر ٢٥,٤ % ، وكانت نسبة أمهات طلاب الجامعة العاملات ٢٦,٨ % بينما غير العاملات كانت نسبتهن ٧٣,٢ % ، وأن ما يزيد عن نصف العينة من أسر متوسطة الحجم ( ٥ : ٦ ) أفراد بنسبة ٧٠,٥ % ، كما وجد تقارب بين نسب المستوي التعليمي المتوسط والمرتفع لآباء طلاب

الجامعة عينة الدراسة بنسبة ٤٢,٦ % للمستوي المتوسط ، ٤٢,١ % للمستوي المرتفع ، بينما كانت أعلى نسبة لأمهات طلاب الجامعة عينة الدراسة من المستوي التعليمي المتوسط حيث كانت نسبتهن ٤٨,١ % .

وكانت أعلى نسبة لمهنة الأب للوظيفة الحكومية بنسبة ٣٨,١ % تليها الأعمال الحرة بنسبة ٢٨,٤ % ، وجاءت أعلى نسبة لطلاب الجامعة من الفرقة الدراسية الثالثة بواقع ٤٨,٠ % ، ووجد تقارب بين نسبي الطلاب من الكليات العملية والنظرية بنسبة ٤٦,٧ % ، ٥٣,٣ % علي التوالي ، ، وأن نصف العينة من طلاب الجامعة من الدخول المتوسطة (من ٨٠٠٠ إلى أقل من ١٥٠٠٠ ) بنسبة ٥٠,٨ % ، تليها المستوي المنخفض (أقل من ٨٠٠٠ ) بنسبة ٣٨,٧ % ، تليها المستوي المرتفع (أكثر من ١٥٠٠٠ ) بنسبة ١٠,٥ % .

#### ثانياً: النتائج الوصفية لأدوات الدراسة:-

بناءً على نتائج الاستجابة على استبيان الدراسة قد تم تحديد أقل وأعلى درجة لحساب المدى ومن ثم تحديد المستويات كما تم عرضه سابقاً .  
أ: وصف استجابات عينة الدراسة علي استبيان التنظيم الذاتي الإدراكي لطلاب الجامعة.

جدول (٨) التوزيع النسبي لطلاب الجامعة عينة الدراسة تبعاً لمستويات التنظيم الذاتي الإدراكي بأبعاده الثلاثة (ن=٧٣٢)

النسبة المئوية	العدد	المستوى	البيان
٥,٢	٣٨	المستوى المنخفض (١٦-٢٣)	التفكير الذاتي الإدراكي
٤٦,٩	٣٤٣	المستوى المتوسط (٢٤-٣٠)	
٤٨,٠	٣٥١	المستوى المرتفع (٣١-٣٦)	
٢,٢	١٦	المستوى المنخفض (١١:١٨)	الضبط الذاتي الإدراكي
٣٠,٢	٢٢١	المستوى المتوسط (١٩:٢٦)	
٦٧,٦	٤٩٥	المستوى المرتفع (٢٧:٣٣)	
٢,٢	١٦	المستوى المنخفض (١١:١٨)	التوظيف الذاتي الإدراكي
٤١,٧	٣٠٥	المستوى المتوسط (١٩:٢٦)	
٥٦,١	٤١١	المستوى المرتفع (٢٧:٣٣)	
١,٦	١٢	المستوى المنخفض (٤٠:٦٢)	إجمالي استبيان التنظيم الذاتي الإدراكي
٣٦,٧	٢٦٩	المستوى المتوسط (٦٣:٨٤)	
٦١,٦	٤٥١	المستوى المرتفع (٨٥:١٠٥)	

## يتضح من جدول ( ٨ ) أن :

- نسبة (٤٨,٠%) من عينة الدراسة تقع في المستوى المرتفع في بعد التفكير الذاتي الإدراكي ، وهذا يدل على أن النسبة الأعلى من العينة من طلاب الجامعة يتوافر لديهم قدر كبير من التفكير الذاتي الإدراكي.
  - أكثر من نصف عينة الدراسة (٦٧,٦%) تقع فى المستوى المرتفع في بعد الضبط الذاتي الإدراكي ، وهذا يشير إلى أن طلاب الجامعة لديهم مستوى مرتفع من الضبط الذاتي الإدراكي.
  - نسبة (٥٦,١%) من طلاب الجامعة عينة الدراسة تمثلوا فى المستوى المرتفع في بعد التوظيف الذاتي الإدراكي ، وهذا يدل على أن النسبة الأعلى من طلاب الجامعة لديهم مستوى مرتفع من التنظيم الذاتي الإدراكي .
  - أكثر من نصف عينة الدراسة من طلاب الجامعة تواجدوا فى المستوى المرتفع من إجمالي التنظيم الذاتي الإدراكي وذلك بنسبة (٦١,٦%) ، وهذا يشير إلى مدى تمتع طلاب الجامعة بمستوى مرتفع من التنظيم الذاتي الإدراكي ، وقد يعود السبب وراء ذلك الى تأكيد عامل النضج و الخبرة التي قد أدت الى ارتفاع مستوى التنظيم الذاتي لدى الطلبة خاصة أنه جاءت أعلى نسبة لطلاب الجامعة من الفرقة الدراسية الثالثة بواقع ٤٨,٠% ، وهذا قد يعود الى قدرة الطالب الجامعي على اكتساب مهارات جديدة خلال مراحل نموه ونضجه وتعلمه واكتسابه خبرات جديدة قد تساعده من رفع مستوى التنظيم الذاتي لديه ، كما أن التفكير والضببط الذاتي الإدراكي جاء مرتفعاً حيث أن الطلبة الذين يحددون أهدافهم ويخططون بفاعلية ويراقبون تقدمهم نحو أهدافهم يكون تنظيمهم الإدراكي بمستوى أعلى مقارنة بالطلبة الذين لا يضعون أهدافاً محددة مسبقاً لأنفسهم ، لأن ملاحظة الطلبة لهذا التقدم نحو الأهداف المحددة سابقاً تعزز من فاعليتهم الذاتية المدركة وتدفعهم لتقوية الجهد المنظم ذاتياً .
- وهذه النتيجة تتفق مع دراسة **اليوسف (٢٠٢٠)** حيث أشارت نتائج الدراسة الى امتلاك طلاب الجامعة مستوى مرتفعاً من التنظيم الذاتي .
- بينما تختلف مع دراسة كل من **مومني و خزعلي (٢٠١٦)** أن الطلبة يمتلكون درجة متوسطة من التنظيم الذاتي ، دراسة **الأكرع (٢٠١٧)** حيث بينت أن عينة البحث يتصفون بانخفاض مستوى التنظيم الذاتي المعرفي ، **خليفة و يونس (٢٠٢١)** بيننا أن

طلاب الجامعة لديهم توافق مع الحياة الجامعية وتنظيم ذاتي بدرجة متوسطة، دراسة محمد و المعموري (٢٠٢٢) أظهرت النتائج ان طلاب الجامعات يتمتعون بمستوى جيد من التنظيم الذاتي.

### ب: وصف استجابات عينة الدراسة على استبيان الضجر الأكاديمي .

جدول (٩) التوزيع النسبي للشباب الجامعي عينة الدراسة تبعاً لمستويات الضجر الأكاديمي بمحاوره الثلاثة (ن=٧٣٢)

النسبة المئوية	العدد	المستوى	البيان
١٨,٣	١٣٤	المستوى المنخفض (١٣-١٩)	المكون النفسي للضجر الأكاديمي
٦١,٢	٤٤٨	المستوى المتوسط (٢٠-٢٦)	
٢٠,٥	١٥٠	المستوى المرتفع (٢٧-٣٤)	
٣١,٧	٢٣٢	المستوى المنخفض (١٣:٢١)	المكون التعليمي للضجر الأكاديمي
٤٨,١	٣٥٢	المستوى المتوسط (٢٢:٣٠)	
٢٠,٢	١٤٨	المستوى المرتفع (٣١:٣٩)	
٦٥,٠	٤٧٦	المستوى المنخفض (٩:١٥)	المكون الأسري للضجر الأكاديمي
٢٦,٠	١٩٠	المستوى المتوسط (١٦:٢٢)	
٩,٠	٦٦	المستوى المرتفع (٢٣:٣٠)	
٣٥,١	٢٥٧	المستوى المنخفض (٣٦:٥٧)	إجمالي استبيان الضجر الأكاديمي
٥٦,٢	٤١١	المستوى المتوسط (٥٨:٧٩)	
٨,٧	٦٤	المستوى المرتفع (٨٠:١٠٢)	

### يتضح من جدول (٩) الآتى:

- نسبة (٦١,٢%) من عينة الدراسة تقع فى المستوى المتوسط في محور المكون النفسي للضجر الأكاديمي ، وهذا يدل على أن أكثر من نصف عينة الدراسة لديهم مستوى متوسط من المكون النفسي المسبب للضجر الأكاديمي.
- أكثر من ما يقرب من نصف عينة الدراسة تقع فى المستوى المتوسط في محور المكون التعليمي للضجر الأكاديمي وذلك بنسبة (٤٨,١%)، وهذا يشير إلى أن طلاب الجامعة لديهم مستوى متوسط من المكون التعليمي المسبب للضجر الأكاديمي.
- نسبة (٦٥,٠%) من طلاب الجامعة عينة الدراسة تمثلوا فى المستوى المنخفض في محور المكون الأسري للضجر الأكاديمي ، وهذا يدل على أن ما يقرب من ثلثي عينة الدراسة لديهم مستوى متوسط من المكون الأسري المسبب للضجر الأكاديمي .

• النسبة الأعلى لطلاب الجامعة في إجمالي الضجر الأكاديمي جاء في المستوي المتوسط بنسبة (٥٦,٢٪) ، وهذا يدل على أن طلاب الجامعة لديهم مستوي متوسط من الضجر الأكاديمي .

وهذه النتيجة تختلف مع دراسة كل من *الشافعي (٢٠١٦)* ، *علي (٢٠١٨)* حيث بينتا ارتفاع مستوي الضجر الأكاديمي لطلاب الجامعة ، وهذا يمثل علامة سلبية تؤكد على قيامهم بأعمال رتيبة أثناء تواجدهم في الحرم الجامعي.

### ثالثا : النتائج في ضوء فروض الدراسة

#### ١- النتائج في ضوء الفرض الأول:

ينص الفرض الأول على أنه " لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التنظيم الذاتي الإدراكي بأبعاده الثلاثة (التفكير الذاتي الإدراكي ، الضبط الذاتي الإدراكي ، التوظيف الذاتي الإدراكي ، إجمالي التنظيم الذاتي الإدراكي ) ، والضجر الأكاديمي بمحاوره الثلاثة ( المكون النفسي للضجر الأكاديمي - المكون التعليمي للضجر الأكاديمي - المكون الأسري للضجر الأكاديمي ، إجمالي الضجر الأكاديمي ) لطلاب الجامعة عينة الدراسة ."

وللتحقق من صحة الفرض الأول إحصائياً تم إيجاد معاملات الارتباط باستخدام معامل الارتباط بيرسون بين التنظيم الذاتي الإدراكي بأبعاده والضجر الأكاديمي بمحاوره ، وجدول (١٠) يوضح ذلك:

جدول (١٠) معاملات ارتباط بيرسون لكل من التنظيم الذاتي الإدراكي بأبعاده الثلاثة والضجر الأكاديمي بمحاوره الثلاثة (ن = ٧٣٢)

المتغيرات	المكون النفسي للضجر الأكاديمي	المكون التعليمي للضجر الأكاديمي	المكون الأسري للضجر الأكاديمي	إجمالي الضجر الأكاديمي
التفكير الذاتي الإدراكي	**٠,١٩٣-	**٠,٣١٣-	**٠,٢٤٩-	**٠,٣٢٣-
الضبط الذاتي الإدراكي	**٠,٢٨٠-	**٠,٤٠٦-	**٠,٢٩٤-	**٠,٤١٨-
التوظيف الذاتي الإدراكي	**٠,٣٤٦-	**٠,٣٤٩-	**٠,٣٣٠-	**٠,٤٢٤-
إجمالي التنظيم الذاتي الإدراكي	**٠,٣٣٢-	**٠,٤٢٩-	**٠,٣٥٢-	**٠,٤٦٩-

\*\* دال عند مستوي دلالة ٠,٠١

يتضح من جدول (١٠) أنه :

• توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً عند مستوي دلالة (٠,٠١) بين التفكير الذاتي الإدراكي ، وكل من (المكون النفسي للضجر الأكاديمي ، المكون التعليمي

للضجر الأكاديمي ، المكون الأسري للضجر الأكاديمي ، إجمالي الضجر الأكاديمي ( لدى طلاب الجامعة عينة الدراسة ، أى أنه كلما تمتع الطالب بالتفكير الذاتي الإدراكي كلما قل لديه المكون النفسي المسبب للضجر الأكاديمي والمكون التعليمي المسبب للضجر الأكاديمي والمكون الأسري المسبب للضجر الأكاديمي .

- توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١) بين الضبط الذاتي الإدراكي ، وكل من (المكون النفسي للضجر الأكاديمي ، المكون التعليمي للضجر الأكاديمي ، المكون الأسري للضجر الأكاديمي ، إجمالي الضجر الأكاديمي ( لدى طلاب الجامعة عينة الدراسة ، أى أنه كلما تمتع الشاب بالضبط الذاتي الإدراكي كلما قل لديه الضجر الأكاديمي بمحاوره.

- توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١) بين التوظيف الذاتي الإدراكي ، وكل من (المكون النفسي للضجر الأكاديمي ، المكون التعليمي للضجر الأكاديمي ، المكون الأسري للضجر الأكاديمي ، إجمالي الضجر الأكاديمي ( لدى طلاب الجامعة عينة الدراسة ، أى أنه كلما زاد التوظيف الذاتي الإدراكي للطلاب كلما قل الضجر الأكاديمي بمحاوره لديه .

توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١) بين إجمالي التنظيم الذاتي الإدراكي ، وإجمالي الضجر الأكاديمي لدى طلاب الجامعة عينة الدراسة ، أى أنه كلما زاد التنظيم الذاتي الإدراكي لدي طلاب الجامعة كلما قل شعوره بالضجر الأكاديمي ، وتري الباحثتان أن تلك النتيجة منطقية حيث قيام الطالب بسلوكيات موجهة نحو تحقيق أهدافه من خلال التخطيط لها وتعديلها وإدارة الأفكار لتعديل السلوك والانفعالات وباستخدام بعض العمليات مثل التخطيط والمراقبة والضبط والتقويم تساعد علي الاهتمام بدراسته والاستفادة من مقرراته وتطبيقها في حياته واستخدام التكنولوجيا الحديثة في الاستفادة والتعلم الذاتي مما يقلل شعوره من الملل والضجر الأكاديمي.

وهذه النتيجة تتفق مع دراسة الشافعي (٢٠١٦) حيث بينت وجود علاقة سالبة بين الضجر الأكاديمي وبعض المتغيرات النفسية.

مما سبق يتضح الآتى:

وجود علاقة ارتباطية سسالبة دالة إحصائياً بين التنظيم الذاتي الإدراكي بأبعاده الثلاثة والضجر الأكاديمي بمحاوره الثلاثة ، وبذلك لا يتحقق صحة الفرض الأول .

**٣-النتائج في ضوء الفرض الثانى**

ينص الفرض الثانى على أنه " لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين بعض متغيرات المستوى الاقتصادي والاجتماعي لطلاب الجامعة عينة الدراسة ( الفرقة الدراسية ، عدد أفراد الأسرة ، المستوى التعليمي للأب ، المستوى التعليمي للأم ، مهنة الأب) وكل من التنظيم الذاتي الإدراكي بأبعاده الثلاثة ( التفكير الذاتي الإدراكي ، الضبط الذاتي الإدراكي ، التوظيف الذاتي الإدراكي ، إجمالي التنظيم الذاتي الإدراكي ) ، والضجر الأكاديمي بمحاوره الثلاثة ( المكون النفسي للضجر الأكاديمي - المكون التعليمي للضجر الأكاديمي - المكون الأسري للضجر الأكاديمي ، إجمالي الضجر الأكاديمي ) ."

وللتحقق من صحة الفرض إحصائياً تم حساب معاملات ارتباط بيرسون بين بعض متغيرات المستوى الاقتصادي والاجتماعى لطلاب الجامعة عينة الدراسة ( الفرقة الدراسية ، عدد أفراد الأسرة ، المستوى التعليمي للأب ، المستوى التعليمي للأم ، مهنة الأب) وكل من التنظيم الذاتي الإدراكي بأبعاده والضجر الأكاديمي بمحاوره , وجدول (١١) يوضح ذلك:

جدول ( ١١ ) العلاقات الارتباطية بين بعض متغيرات المستوى الاقتصادي والاجتماعى لطلاب الجامعة عينة الدراسة والتنظيم الذاتي الإدراكي بأبعاده الثلاثة والضجر الأكاديمي بمحاوره الثلاثة (ن = ٧٣٢)

المتغيرات	الفرقة الدراسية	عدد أفراد الأسرة	المستوى التعليمي للأب	المستوى التعليمي للأم	مهنة الأب
التفكير الذاتى الإدراكي	**٠,٠٩٩	٠,٠٢٤	-٠,٠٣٤	-٠,٠٥٢	-٠,٠٢٣
الضبط الذاتى الإدراكي	٠,٠٥٩	-٠,٠٠٤	٠,٠٠٢	٠,٠٠٩	-٠,٠١٣
التوظيف الذاتى الإدراكي	٠,٠٠٤	٠,٠٢٩	٠,٠٠٢	-٠,٠٠٣	-٠,٠٢٨
إجمالي التنظيم الذاتى الإدراكي	*٠,٠٧١	٠,٠١٦	-٠,٠٠٤	-٠,٠٠٨	-٠,٠٢٤
المكون النفسى للضجر الأكاديمي	٠,٠٢١	-٠,٠٢٦	٠,٠٢٥	٠,٠٣٢	-٠,٠٠٩
المكون التعليمى للضجر الأكاديمي	٠,٠١٣	-٠,٠٠٣	٠,٠٢٠	٠,٠٣٣	٠,٠٠١
المكون الأسرى للضجر الأكاديمي	**٠,٠٩٣	-٠,٠٤٥	-	**٠,١١٦	*٠,٠٨٠
إجمالى الضجر الأكاديمي	٠,٠٢٢	-٠,٠٢٧	-٠,٠١٧	-٠,٠١٦	٠,٠٢٨

\* دال عند ٠,٠١

\* دال عند ٠,٠٥

يبين جدول (١١) ما يلي :

### أولاً: استبيان التنظيم الذاتي الإدراكي :

- توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١) بين بعد التفكير الذاتي الإدراكي والفرقة الدراسية للطالب ، بينما لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين التفكير الذاتي الإدراكي وكل من (عدد أفراد الأسرة ، المستوى التعليمي للأب ، المستوى التعليمي للأُم ، مهنة الأب) .
  - لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين كل من بعد الضبط الذاتي الإدراكي وبعد التوظيف الذاتي الإدراكي وكل من ( الفرقة الدراسية ، عدد أفراد الأسرة ، المستوى التعليمي للأب ، المستوى التعليمي للأُم ، مهنة الأب) .
  - توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين إجمالي التنظيم الذاتي الإدراكي والفرقة الدراسية ، بينما لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين إجمالي التنظيم الذاتي الإدراكي وكل من (عدد أفراد الأسرة ، المستوى التعليمي للأب ، المستوى التعليمي للأُم ، مهنة الأب) ، مما يدل علي أن التنظيم الذاتي الإدراكي يرتفع مع ارتفاع تدرج الطالب في الفرقة الدراسية ، وتعزي الباحثان السبب وراء ذلك إلي الفارق العمري وزيادة الخبرة، فكلما تدرج الطلبة في الصفوف الجامعية تكون مداركهم قد توسعت بسبب النمو والتحصيل الدراسي فبسبب فتره تواجههم بالجامعة لاربع سنوات او اكثر احيانا تتطور لديهم مختلف النشاطات اضافة الى حصولهم على المعلومات العلمية في تخصصهم الدراسي واستخدامهم لوسائل التكنولوجيا الحديثة في التعليم والتعلم الذاتي وبذلك نجدهم يستفيدون مما يتعلمونه ويسعى الى ان يطبقه في حياتهم مما يزيد من مستوى التنظيم الذاتي الإدراكي .
- وتتفق تلك النتيجة مع دراسة الأكرع (٢٠١٧) بوجود فروق ذات دلالة إحصائية بين افراد العينة في التنظيم الذاتي المعرفي، تبعاً لمتغير الصفوف الدراسية لصالح الصف الرابع .

### ثانياً: استبيان الضجر الأكاديمي :

- لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين كل من محور المكون النفسي للضجر الأكاديمي ومحور المكون التعليمي للضجر الأكاديمي ، وكل من ( الفرقة الدراسية ، عدد أفراد الأسرة ، المستوى التعليمي للأب ، المستوى التعليمي للأُم ، مهنة الأب) .

- توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١) بين محور المكون الأسري للضجر الأكاديمي وكل من ( الفرقة الدراسية ، المستوى التعليمي للأب ، المستوى التعليمي للأم) ، مما يدل علي أن كلما تدرج الطالب في الفرقة الدراسية وزاد المستوى التعليمي للأب والأم قل معه احساس الطالب بالضجر الأسري ، كما توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين محور المكون الأسري للضجر الأكاديمي ومهنة الأب ، بينما لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين محور المكون الأسري للضجر الأكاديمي وعدد أفراد الأسرة ،
- لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين إجمالي الضجر الأكاديمي وكل من ( الفرقة الدراسية ، عدد أفراد الأسرة ، المستوى التعليمي للأب ، المستوى التعليمي للأم ، مهنة الأب).

مما سبق يتضح الآتى:

- توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين إجمالي التنظيم الذاتي الإدراكي والفرقة الدراسية ، بينما لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين إجمالي التنظيم الذاتي الإدراكي وكل من (عدد أفراد الأسرة ، المستوى التعليمي للأب ، المستوى التعليمي للأم ، مهنة الأب).
- لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين إجمالي الضجر الأكاديمي وكل من ( الفرقة الدراسية ، عدد أفراد الأسرة ، المستوى التعليمي للأب ، المستوى التعليمي للأم ، مهنة الأب).. وبذلك يتحقق صحة الفرض الثاني جزئياً .

### ٣- النتائج في ضوء الفرض الثالث

ينص الفرض الثالث علي أنه " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب الجامعة من الذكور والإناث في كل من التنظيم الذاتي الإدراكي بأبعاده الثلاثة ( التفكير الذاتي الإدراكي - الضبط الذاتي الإدراكي - التوظيف الذاتي الإدراكي ، إجمالي التنظيم الذاتي الإدراكي ) ، والضجر الأكاديمي بمحاوره الثلاثة (المكون النفسي للضجر الأكاديمي - المكون التعليمي للضجر الأكاديمي- المكون الأسري للضجر الأكاديمي ، إجمالي الضجر الأكاديمي )".

وللتحقق من صحة الفرض إحصائياً تم استخدام اختبار ت T.test للوقوف على دلالة الفروق بين متوسطات درجات طلاب الجامعة عينة الدراسة في كل من التنظيم الذاتي الإدراكي بأبعاده الثلاثة والضجر الأكاديمي بمحاوره الثلاثة تبعاً للنوع ( ذكر ، أنثى ) ، وجدولي (١٢) ، (١٣) يوضحان ذلك.

جدول (١٢) دلالة الفروق بين متوسطات درجات طلاب الجامعة عينة الدراسة في استبيان التنظيم الذاتي الإدراكي بأبعاده الثلاثة تبعاً للنوع (ذكر - أنثى) (ن=٧٣٢)

الدلالة لصالح	مستوى الدلالة	قيمة ت	الفروق بين المتوسطات	أنثى (٤٦٢)		ذكر (٢٧٠)		البيان المحور
				الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
الإناث	٠,٠٠١ داله عند (٠,٠٠١)	٣,٣٦٦-	٠,٨٦٩٦-	٣,٢٨٦٦	٣٠,٠٨٤٤	٣,٤٢١٧	٢٩,٢١٤٨	التفكير الذاتي الإدراكي
الإناث	٠,٠٣٣ داله عند (٠,٠٠٥)	٢,٠٩٣-	٠,٦٠٥٩-	٣,٦٠٩٨	٢٧,٨٦١٥	٣,٨٧٥٠	٢٧,٢٥٥٦	الضبط الذاتي الإدراكي
-	٠,٦٧٦ غير داله	٠,٤١٩-	٠,١٢٠٤-	٣,٧٧٦٤	٢٦,٧٣١٦	٣,٧٣٤٧	٢٦,٦١١١	التوظيف الذاتي الإدراكي
الإناث	٠,٠١٣ داله عند (٠,٠٠٥)	٢,٤٧٩-	١,٨٠٥٠-	٩,٤٥٥٧	٨٧,٠٦٠٦	٩,٥٣٥٥	٨٥,٢٥٥٦	إجمالي التنظيم الذاتي الإدراكي

يتضح من جدول (١٢) ما يلي :

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب الجامعة من الذكور والإناث عينة الدراسة في بعد التفكير الذاتي الإدراكي لصالح الإناث حيث أن متوسط درجات طلاب الجامعة من الإناث هو ٣٠,٠٨٤٤ ، بينما متوسط درجات طلاب الجامعة من الذكور هو ٢٩,٢١٤٨ ، أي يزيد متوسط درجات طلاب الجامعة من الإناث عن الذكور في بعد التفكير الذاتي الإدراكي بمقدار - ٠,٨٦٩٦ حيث كانت قيمة ت - ٣,٣٦٦ وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوي دلالة ٠,٠٠١ ، بمعنى أن الإناث أكثر قدرة علي التفكير الذاتي الإدراكي من الذكور .
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب الجامعة من الذكور والإناث عينة الدراسة في بعد الضبط الذاتي الإدراكي لصالح الإناث حيث أن متوسط درجات طلاب الجامعة من الإناث هو ٢٧,٨٦١٥ بينما متوسط درجات طلاب الجامعة من الذكور هو ٢٧,٢٥٥٦ ، أي يزيد متوسط درجات طلاب الجامعة من الإناث عن الذكور في بعد الضبط الذاتي الإدراكي بمقدار - ٠,٦٠٥٩ حيث كانت قيمة ت - ٢,٠٩٣ وهي

قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ٠,٠٥ ، بمعنى أن الإناث أكثر قدرة علي الضبط الذاتي الإدراكي من الذكور .

• لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب الجامعة من الذكور والإناث عينة الدراسة في بعد التوظيف الذاتي الإدراكي حيث كانت قيمة ت (-٠,٤١٩) وهي قيمة غير دالة إحصائياً .

• توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب الجامعة من الذكور والإناث عينة الدراسة في إجمالي التنظيم الذاتي الإدراكي لصالح الإناث حيث أن متوسط درجات طلاب الجامعة من الإناث هو ٨٧,٠٦٠٦ بينما متوسط درجات طلاب الجامعة من الذكور هو ٨٥,٢٥٥٦ ، أي يزيد متوسط درجات طلاب الجامعة من الإناث عن الذكور في إجمالي التنظيم الذاتي الإدراكي بمقدار -١,٨٠٥٠ حيث كانت قيمة ت - ٢,٤٧٩ وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ٠,٠٥ ، بمعنى أن الإناث أكثر قدرة علي التنظيم الذاتي الإدراكي من الذكور ، وقد يرجع ذلك إلي اساليب التنشئة الاجتماعية والتقاليد والاعراف التي تضع قيود على تصرفات الاناث اكثر من الذكور وهذا قد يؤدي الى جعل الاناث يفكرن اكثر ويكن اكثر انتباها واكثر اعتمادا على الذات في تعلمهن واكثر تنظيما من الذكور ومن الأسباب الأخرى هو النظرة إلى المستقبل ففرص الطلبة الذكور كثيرة ومتنوعة وقد يحقق الطالب الذكر مستقبله عن طريق الدراسة وخارجها اما الطالبه الانثى فقد لا تجد لها فرصة لتحقيق مستقبلها الا من خلال الدراسه ولذلك يزداد معدل التركيز والانتباه والاصرار والمثابره وهذا ينعكس بدوره على التنظيم الذاتي الإدراكي لديهن .

وأيضاً مساحة الحرية لدى الإناث في المجتمعات العربية في ممارسة المهام والأنشطة الأكاديمية محدودة مقارنة مع مساحة الحرية الممنوحة للذكور، وبالتالي فإن ضيق مساحة الحرية لدى الإناث في ممارسة المهام والأنشطة المختلفة الأكاديمية يمنحها الفرصة لتوجيه طاقاتها نحو الأهداف المتعلقة بالتحصيل الدراسي والأنشطة الأكاديمية فقط، وذلك لتحقيق الهدف الرئيس بالنسبة لها وهو حصولها على الدرجة العلمية، في حين أن مساحة الحرية الممنوحة للذكور يجعلهم يوجهون طاقاتهم نحو أنشطة ومهام متعددة مما يشنت تركيزهم لذا فمن الصعوبة عليهم تنظيم أوقاتهم لإنجاز مهامهم المتعددة مما ينعكس سلباً على قدرتهم على تنظيم نواتهم.

واتفقت تلك النتيجة مع دراسة كل من حميد (٢٠١٥)، مومني و خزعلي (٢٠١٦) وأظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات الذكور و الإناث على مقياس التنظيم الذاتي لصالح الإناث ، دراسة الأكرع (٢٠١٧) التي وجدت فروق بين الذكور والإناث في التنظيم الذاتي المعرفي لصالح الإناث مما يعني ان الإناث يتسمن بدرجة أعلى في التنظيم المعرفي من الذكور.

واختلفت تلك النتيجة مع دراسة كل من اليوسف (٢٠٢٠) ، خليفة و يونس (٢٠٢١) ، دراسة محمد و المعموري (٢٠٢٢) حيث أظهرت النتائج انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب الجامعات في التنظيم الذاتي بين الذكور والإناث.

جدول (١٣) دلالة الفروق بين متوسطات درجات طلاب الجامعة في استبيان الضجر الأكاديمي بمحاوره الثلاثة تبعاً للنوع ( ذكر - أنثى ) (ن=٧٣٢)

الدلالة لصالح	مستوى الدلالة	قيمة ت	الفروق بين المتوسطات	أنثى (٤٦٢)		ذكر (٢٧٠)		البيان المحور
				الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
-	٠,٦٨٩ غير داله	٠,٤٠١	٠,١٢٧٢	٣,٨٧٦٥	٢٣,١٠٦١	٤,٢٩٧٦	٢٣,٢٣٣٣	المكون النفسي للضجر الأكاديمي
الذكور	٠,٠٠٠ عند (٠,٠٠١)	٦,٠٩٢	٢,٨٥٠٧	٦,٢٨٤١	٢٣,٧٦٤١	٦,٠٠٣٠	٢٦,٦١٤٨	المكون التعليمي للضجر الأكاديمي
الذكور	٠,٠٠٠ عند (٠,٠٠١)	٤,٠٤٧	١,٤٥٩٤	٤,٣٠٢١	١٤,٣٩٦١	٤,٩٢٩٧	١٥,٨٥٥٦	المكون الأسري للضجر الأكاديمي
الذكور	٠,٠٠٠ عند (٠,٠٠١)	٤,٨١٣	٤,٤٣٧٤	١١,٧٢١٤	٦١,٢٦٦٢	١٢,٢١٤٠	٦٥,٧٠٣٧	إجمالي الضجر الأكاديمي

يتضح من جدول (١٣) :

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب الجامعة من الذكور والإناث عينة الدراسة في المكون النفسي للضجر الأكاديمي حيث كانت قيمة ت ٠,٤٠١ وهي قيمة غير دالة إحصائياً .

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب الجامعة من الذكور والإناث عينة الدراسة في محور المكون التعليمي للضجر الأكاديمي لصالح الذكور حيث أن متوسط درجات طلاب الجامعة من الذكور هو ٢٦,٦١٤٨ بينما متوسط درجات طلاب الجامعة من الإناث هو ٢٣,٧٦٤١ ، أي يزيد متوسط درجات طلاب الجامعة من الذكور عن الإناث في محور المكون التعليمي للضجر الأكاديمي بمقدار ٢,٨٥٠٧

حيث كانت قيمة ت ٦,٠٩٢ وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ٠,٠٠١ ،  
 بمعنى أن المكون التعليمي المسبب للضجر الأكاديمي لدي الذكور أعلى من الإناث.  
 • توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات طلاب الجامعة من الذكور والإناث  
 عينة الدراسة في محور المكون الأسري للضجر الأكاديمي لصالح الذكور حيث أن  
 متوسط درجات طلاب الجامعة من الذكور هو ١٥,٨٥٥٦ بينما متوسط درجات  
 طلاب الجامعة من الإناث هو ١٤,٣٩٦١ ، أي يزيد متوسط درجات طلاب الجامعة  
 من الذكور عن الإناث في محور المكون التعليمي للضجر الأكاديمي بمقدار  
 ١,٤٥٩٤ حيث كانت قيمة ت ٤,٠٤٧ وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة  
 ٠,٠٠١ ، بمعنى أن المكون الأسري المسبب للضجر الأكاديمي لدي الذكور أعلى  
 من الإناث .

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب الجامعة من الذكور والإناث عينة الدراسة في  
 إجمالي الضجر الأكاديمي لصالح الذكور حيث أن متوسط درجات طلاب الجامعة من  
 الذكور هو ٦٥,٧٠٣٧ بينما متوسط درجات طلاب الجامعة من الإناث هو ٦١,٢٦٦٢ ،  
 أي يزيد متوسط درجات طلاب الجامعة من الذكور عن الإناث في إجمالي الضجر  
 الأكاديمي بمقدار ٤,٤٣٧٤ حيث كانت قيمة ت ٤,٨١٣ وهي قيمة دالة إحصائياً عند  
 مستوى دلالة ٠,٠٠١ ، بمعنى أن الذكور لديهم ضجر أكاديمي أعلى من الإناث ، وقد  
 يرجع هذا إلي أن الذكور يركزون اهتماماتهم بالمستقبل والعمل بعد التخرج وقد يكون  
 البعض منهم يعمل بجانب الدراسة مما يزيد من تحمله لبعض المسؤوليات الشخصية  
 والأسرية كما أن تفكيره الدائم في تحقيق طموحاته في العمل والقلق بشأن المستقبل قد  
 يؤثر علي طريقة اكتسابه للمعرفة واحساسه بالملل الدائم من الدراسة كما أنه في تلك  
 المرحلة قد يعاني الشاب من صعوبات في ضبط مشاعره وسلوكياته، وبالتالي فإن عدم  
 الاستقرار النفسي والفكري لدى الطلبة الجامعيين تتعكس سلباً على قدرتهم على التحكم في  
 شعورهم واحساسهم بالملل .

واتفقت تلك النتيجة مع دراسة كل من علي (٢٠١٨) ، دراسة ناصف (٢٠١٨) حيث  
 بينتا فروق بين الطلاب والطالبات في الضجر أو الملل الأكاديمي لصالح الطلاب  
 الذكور .

بينما اختلفت تلك النتيجة مع دراسة كل من الشافعي (٢٠١٦)، دراسة الحميدي و اليوسف (٢٠١٩) حيث بينتا عدم وجود فروق بين طلاب الجامعة من الذكور والإناث في الضجر الأكاديمي.

مما سبق يتضح: وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب الجامعة من الذكور والإناث عينة الدراسة في إجمالي التنظيم الذاتي الإدراكي لصالح الإناث عند مستوى دلالة ٠,٠٥ ، وإجمالي الضجر الأكاديمي لصالح الذكور عند مستوى دلالة ٠,٠٠١ ، وبذلك لا يتحقق صحة الفرض الثالث .

#### ٤- النتائج في ضوء الفرض الرابع

ينص الفرض الرابع علي أنه " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب الجامعة من الريف والحضر في كل من التنظيم الذاتي الإدراكي بأبعاده الثلاثة ( التفكير الذاتي الإدراكي ، الضبط الذاتي الإدراكي ، التوظيف الذاتي الإدراكي ، إجمالي التنظيم الذاتي الإدراكي ) ، والضجر الأكاديمي بمحاوره الثلاثة (المكون النفسي للضجر الأكاديمي - المكون التعليمي للضجر الأكاديمي- المكون الأسري للضجر الأكاديمي، إجمالي الضجر الأكاديمي )".

وللتحقق من صحة الفرض إحصائياً تم استخدام اختبار T.test للوقوف على دلالة الفروق بين متوسطات درجات طلاب الجامعة عينة الدراسة في كل من التنظيم الذاتي الإدراكي بأبعاده الثلاثة والضجر الأكاديمي بمحاوره الثلاثة تبعاً لمكان السكن (ريف ، حضر) ، وجدولي (١٤) ، (١٥) يوضحان ذلك.

جدول (١٤) دلالة الفروق بين متوسطات درجات طلاب الجامعة عينة الدراسة في استبيان التنظيم الذاتي الإدراكي بأبعاده الثلاثة تبعاً لمحل الإقامة (ريف - حضر) (ن=٧٣٢)

الدلالة لصالح	مستوى الدلالة	قيمة ت	الفروق بين المتوسطات	حضر (١٨٦)		ريف (٥٤٦)		البيان المحور
				الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
-	٠,٢٦٢ غير داله	١,١٢٣	٠,٣١٧٤	٣,٣١١٢	٢٩,٥٢٦٩	٣,٣٧٧١	٢٩,٨٤٤٣	التفكير الذاتي الإدراكي
-	٠,٥٤٥ غير داله	٠,٦٠٧	٠,١٩٢١	٣,٧٣٧٦	٢٧,٤٩٤٦	٣,٧١٤٤٥	٢٧,٦٨٦٨	الضبط الذاتي الإدراكي
-	٠,٤٠٣ غير داله	٠,٨٣٨	٠,٢٧٢٥	٣,٨٦٩٨	٢٦,٤٨٣٩	٣,٧٢١٦	٢٦,٧٥٦٤	التوظيف الذاتي الإدراكي
-	٠,٣٣٨ غير داله	٠,٩٦٠	٠,٧٦٧١	٩,٣٥٨٠	٨٥,٨٢٢٦	٩,٥٧٣٤	٨٦,٥٨٩٧	إجمالي التنظيم الذاتي الإدراكي

## يتضح من جدول (١٤) :

- عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات طلاب الجامعة من الريف والحضر عينة الدراسة في التنظيم الذاتي الإدراكي بأبعاده (التفكير الذاتي الإدراكي ، الضبط الذاتي الإدراكي ، التوظيف الذاتي الإدراكي ، إجمالي التنظيم الذاتي الإدراكي ( فقد كانت قيمة ت (١,١٢٣ ، ٠,٦٠٧ ، ٠,٨٣٨ ، ٠,٩٦٠) علي التوالي وهي قيم غير دالة إحصائياً ، وتري الباحثة أن ذلك قد يرجع إلى أن التنظيم الذاتي الإدراكي يعتمد علي سلوك الطالب الجامعي الموجه نحو تحقيق أهدافه عن طريق المعرفة التي تتولد من خلال التخطيط لها وباستخدام بعض العمليات التي يستعملها في تنظيم تعلمه ذاتياً مثل ( التخطيط والمراقبة وال ضبط والتقويم) وكل هذا يكتسبه من خلال عملية التعلم والدراسة وباستخدام وسائل التكنولوجيا والمعلومات المنتشرة في الريف والحضر علي حد سواء مما نتج عنه من الاتجاه نحو التعلم الذاتي والاعتماد علي الذات في اكتساب المعرفة والمعلومات و الذي بدوره جعل الطالب يبحث ويتعلم طرق جديده تواكب عملية التعلم عن بعد .

جدول (١٥) دلالة الفروق بين متوسطات درجات طلاب الجامعة في استبيان الضجر الأكاديمي بمحاوره الثلاثة تبعاً للنوع (ريف - حضر) (ن=٧٣٢)

الدلالة لصالح	مستوى الدلالة	قيمة ت	الفروق بين المتوسطات	حضر (١٨٦)		ريف (٥٤٦)		البيان
				الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
-	٠,٤٣٨ غير داله	٠,٧٧٦	٠,٢٧٧٢	٤,٢٩٠٤	٢٢,٩٤٦٢	٣,٩٤٥٢	٢٣,٢٢٣٤	المكون النفسي للضجر الأكاديمي
الحضر	٠,٠٠١ داله عند (٠,٠٠١)	- ٣,٢٤٢	١,٧٦٠٩-	٦,٤٥٤٣	٢٦,١٢٩٠	٦,٢٢٩١	٢٤,٣٦٨١	المكون التعليمي للضجر الأكاديمي
-	٠,٤٥٣ غير داله	- ٠,٧٥٢	٠,٢٩٦٩-	٤,٦٧٩١	١٥,١٥٥٩	٤,٥٦٧٥	١٤,٨٥٩٠	المكون الأسري للضجر الأكاديمي
-	٠,٠٨٧ غير داله	- ١,٧١٧	١,٧٨٠٦-	١٢,٢٨٦٩	٦٤,٢٣١٢	١١,٩٩٨١	٦٢,٤٥٠٥	إجمالي الضجر الأكاديمي

## يتضح من جدول (١٥) :

- عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات طلاب الجامعة عينة الدراسة من الريف والحضر في كل من محور (المكون النفسي للضجر الأكاديمي ، المكون الأسري للضجر الأكاديمي) ، إجمالي الضجر الأكاديمي فقد كانت قيمة ت (٠,٧٧٦ ، -٠,٧٥٢) علي التوالي وهي قيم غير دالة إحصائياً .

• توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب الجامعة من الريف والحضر عينة الدراسة في المكون التعليمي للضجر الأكاديمي لصالح الطلاب من الحضر حيث أن متوسط درجات طلاب الجامعة من الحضر هو ٢٦,١٢٩٠ بينما متوسط درجات طلاب الجامعة من الريف هو ٢٤,٣٦٨١ ، أي يزيد متوسط درجات طلاب الجامعة من ساكني الحضر عن ساكني الريف في المكون التعليمي المسبب للضجر الأكاديمي بمقدار ١,٧٦٠٩ حيث كانت قيمة ت-٣,٢٤٢ وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ٠,٠٠١ ، بمعنى أن الطلاب من ساكني الحضر لديهم ضجر تعليمي أعلى من ساكني الريف ، وقد يرجع هذا إلي الاهتمام بالتعليم في الريف وأعطاه قيمة عالية من وجهة نظر الآباء كما أن الطلاب في الحضر قد يكون لديهم طموحات أعلى تواكب الحياة المدنية وتطلعات مستقبلية تناسب تلك البيئة كما أن تكاليف المعيشة في الحضر أعلى منها في الريف فقد يلزم الطالب العمل بجانب الدراسة لسد احتياجاته المختلفة مما يجعل الطالب يشعر بالملل الأكاديمي من التعليم .

مما سبق يتضح الآتى:

عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب الجامعة من الريف والحضر في كل من إجمالي التنظيم الذاتي الإدراكي وإجمالى الضجر الأكاديمي . وبذلك يتحقق صحة الفرض الرابع .

#### ٥- النتائج فى ضوء الفرض الخامس

ينص الفرض الخامس على أنه " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أمهات طلاب الجامعة العاملات وغير العاملات في كل من التنظيم الذاتي الإدراكي بأبعاده الثلاثة ( التفكير الذاتي الإدراكي ، الضبط الذاتي الإدراكي ، التوظيف الذاتي الإدراكي ، إجمالي التنظيم الذاتي الإدراكي ) ، والضجر الأكاديمي بمحاوره الثلاثة (المكون النفسي للضجر الأكاديمي - المكون التعليمي للضجر الأكاديمي- المكون الأسري للضجر الأكاديمي ، إجمالي الضجر الأكاديمي)".

وللتحقق من صحة الفرض إحصائياً تم استخدام اختبار ت T.test للوقوف على دلالة الفروق بين متوسطات درجات طلاب الجامعة عينة الدراسة في كل من التنظيم الذاتي الإدراكي بأبعاده الثلاثة والضجر الأكاديمي بمحاوره الثلاثة تبعاً لعمل الأم (تعمل - لا تعمل) ، وجدولي (١٦) ، (١٧) يوضحان ذلك.

جدول (١٦) دلالة الفروق بين متوسطات درجات طلاب الجامعة في استبيان التنظيم الذاتي الإدراكي تبعاً لعمل الأم (تعمل - لا تعمل) (ن=٧٣٢)

الدلالة لصالح	مستوى الدلالة	قيمة ت	الفروق بين المتوسطات	لا تعمل (٥٣٦)		تعمل (١٩٦)		البيان المحور
				الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
-	٠,٢٠٥ غير داله	١,٢٧٠-	٠,٣٤٦١-	٣,٤١٢٤	٢٩,٨٥٦٣	٣,٢١١٣	٢٩,٥١٠٢	التفكير الذاتي الإدراكي
-	٠,٨١٤ غير داله	٠,٢٣٦	٠,٠٦٩٣	٣,٨٢٨٦	٢٧,٦١٩٤	٣,٤٠٨٩	٢٧,٦٨٨٨	الضبط الذاتي الإدراكي
-	٠,٤٧٧ غير داله	٠,٧١٢-	٠,٢٢٠٧-	٣,٧٨٥٢	٢٦,٧٤٦٣	٣,٦٩١٢	٢٦,٥٢٥٥	التوظيف الذاتي الإدراكي
-	٠,٥٣٧ غير داله	٠,٦١٧-	٠,٤٦٢٥-	٩,٨٢٤٤	٨٦,٥١٨٧	٨,٦٤٢٢	٨٦,٠٥٦١	إجمالي التنظيم الذاتي الإدراكي

يُظهر جدول (١٦) الآتي:

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أمهات طلاب الجامعة العاملات وغير العاملات في التنظيم الذاتي الإدراكي بأبعاده (التفكير الذاتي الإدراكي ، الضبط الذاتي الإدراكي ، التوظيف الذاتي الإدراكي - وإجمالي التنظيم الذاتي الإدراكي) فقد كانت قيمة ت (-١,٢٧٠ ، ٠,٢٣٦ ، -٠,٧١٢ ، ٠,٦١٧) علي التوالي وهي قيم غير دالة إحصائياً .

جدول (١٧) دلالة الفروق بين متوسطات درجات طلاب الجامعة في استبيان الضجر الأكاديمي بمحاوره الثلاثة تبعاً لعمل الأم (تعمل - لا تعمل) (ن=٧٣٢)

الدلالة لصالح	مستوى الدلالة	قيمة ت	الفروق بين المتوسطات	لا تعمل (٥٣٦)		تعمل (١٩٦)		البيان المحور
				الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
-	٠,٣٦٦ غير داله	٠,٩٠٦	٠,٢٩٩٦	٤,٠٧٥٠	٢٢٣,٠٧٢ ٨	٣,٩٢٣٥	٢٣,٣٧٢٤	المكون النفسي للضجر الأكاديمي
تعمل	٠,٠١٤ عند (٠,٠٥)	٢,٤٦٦	١,٢٩٠٠	٦,٣٣٠٦	٢٤,٤٧٠١	٦,٢٤٤٤	٢٥,٧٦٠٢	المكون التعليمي للضجر الأكاديمي
-	٠,١٩٢ غير داله	١,٣٠٧-	٠,٤٧٤٨-	٤,٧٢٥١	١٥,٠٦١٦	٤,٢٠٩٥	١٤,٥٨٦٧	المكون الأسري للضجر الأكاديمي
-	٠,٢٦٢ غير داله	١,١٢٤	١,١١٤٩	١٢,٢٠٠٨	٦٢,٥٠٤٥	١١,٧٦٨ ١	٦٣,٧١٩٤	إجمالي الضجر الأكاديمي

يُظهر جدول (١٧) الآتي:

- عدم وجود فروق دالة إحصائية بين أمهات طلاب الجامعة من العاملات وغير العاملات عينة الدراسة في كل من ( المكون النفسي للضجر الأكاديمي ، المكون

الأسري للضجر الأكاديمي ، إجمالي الضجر الأكاديمي) فقد كانت قيمة ت (٠,٩٠٦ ، -١,٣٠٧ ، ١,١٢٤ ) علي التوالي وهي قيم غير دالة إحصائياً .

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أمهات طلاب الجامعة العاملات وغير العاملات في بعد المكون التعليمي للضجر الأكاديمي لصالح الأمهات العاملات ، حيث أن متوسط درجات أمهات طلاب الجامعة العاملات هو ٢٥,٧٦٠٢ بينما متوسط درجات أمهات طلاب الجامعة الغير عاملات هو ٢٤,٤٧٠١ ، أي يزيد متوسط درجات الامهات العاملات عن الغير عاملات بمقدار ١,٢٩٠٠ حيث كانت قيمة ت ٢,٤٦٦ وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوي دلالة ٠,٠٥ ، وهذا يعني أن الطلاب الذين ينتمون لأمهات عاملات لديهم اسباب تعليمية للضجر الأكاديمي أعلي من الطلاب الذين ينتمون لأمهات غير عاملات.

مما سبق يتضح الآتي:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أمهات طلاب الجامعة العاملات وغير العاملات في كل من إجمالي التنظيم الذاتي الإدراكي وإجمالي الضجر الأكاديمي ، وبذلك يتحقق صحة الفرض الخامس .

#### ٦- النتائج في ضوء الفرض السادس

ينص الفرض السادس على انه " لا يوجد تباين دال إحصائياً بين طلاب الجامعة عينة الدراسة في كل من التنظيم الذاتي الإدراكي بأبعاده الثلاثة ( التفكير الذاتي الإدراكي ، الضبط الذاتي الإدراكي ، التوظيف الذاتي الإدراكي ، إجمالي التنظيم الذاتي الإدراكي ) ، والضجر الأكاديمي بمحاوره الثلاثة ( المكون النفسي للضجر الأكاديمي - المكون التعليمي للضجر الأكاديمي - المكون الأسري للضجر الأكاديمي ، إجمالي الضجر الأكاديمي ) تبعاً لمستوي الدخل الشهري للأسرة".

وللتحقق من صحة الفرض إحصائياً تم استخدام نمط تحليل التباين في اتجاه واحد (ANOVA) لكل من استبيان التنظيم الذاتي الإدراكي بأبعاده الثلاثة والضجر الأكاديمي بمحاوره الثلاثة تبعاً لمستوي الدخل الشهري للأسرة وهو ((منخفض (اقل من

٨٠٠٠ جنيهاً) ، متوسط (من ٨٠٠٠ إلى أقل من ١٥٠٠٠) ، مرتفع ( ١٥٠٠٠ فأكثر)) ، وتم تطبيق اختبار Tukey لمعرفة دلالة الفروق بين المتوسطات ، والجداول من (١٨) إلي (٢٠) توضح ذلك:

جدول (١٨) تحليل التباين أحادي الاتجاه لاستبيان التنظيم الذاتي الإدراكي بأبعاده الثلاثة لطلاب الجامعة عينة الدراسة وفقاً لمستوي الدخل الشهري للأسرة ن = ٧٣٢

البيان	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
التفكير الذاتي الإدراكي	بين المجموعات	١٨,٤٩٥	٢	٩,٢٤٨	٠,٨١٨	غير دالة
	داخل المجموعات	٨٢٣٩,٦١٨	٧٢٩	١١,٣٠٣		
	الكلية	٨٢٥٨,١١٣	٧٣١			
الضبط الذاتي الإدراكي	بين المجموعات	٩,٢٣٢	٢	٤,٦٦١	٠,٣٣٦	غير دالة
	داخل المجموعات	١٠٠٩٩,٧٤١	٧٢٩	١٣,٨٥٤		
	الكلية	١٠١٠٩,٠٦٤	٧٣١			
التوظيف الذاتي الإدراكي	بين المجموعات	٤٥,٣٠٢	٢	٢٢,٦٥١	١,٦٠٦	غير دالة
	داخل المجموعات	١٠٢٨٤,٠٥٧	٧٢٩	١٤,١٠٧		
	الكلية	١٠٣٢٩,٣٥٩	٧٣١			
إجمالي استبيان التنظيم الذاتي الإدراكي	بين المجموعات	٢٠٤,٩٥٢	٢	١٠٢,٤٧٦	١,١٣١	غير دالة
	داخل المجموعات	٦٦٠٢٧,٩٤٨	٧٢٩	٩٠,٥٧٣		
	الكلية	٦٦٢٣٢,٩٠٠	٧٣١			

يتضح من جدول (١٨) ما يلي:

- عدم وجود تباين دال إحصائياً بين طلاب الجامعة عينة الدراسة في التنظيم الذاتي الإدراكي بأبعاده ( بعد التفكير الذاتي الإدراكي ، الضبط الذاتي الإدراكي ، التوظيف الذاتي الإدراكي ، إجمالي التنظيم الذاتي الإدراكي ) تبعاً لمستوي الدخل الشهري للأسرة ، حيث بلغت قيمة (ف) المحسوبة (٠,٨١٨ ، ٠,٣٣٦ ، ١,٦٠٦ ، ١,١٣١) علي التوالي وهي قيم غير دالة إحصائياً.

جدول (١٩) تحليل التباين أحادي الاتجاه لاستبيان الضجر الأكاديمي بمحاورة الثلاثة لطلاب الجامعة عينة الدراسة وفقاً لمستوي الدخل الشهري للأسرة ن = ٧٣٢

البيان	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
المكون النفسي للضجر الأكاديمي	بين المجموعات	٧٧,٢٦٠	٢	٣٨,٦٣٠	٢,٣٨٢	غير دالة
	داخل المجموعات	١١٨٢١,٦٠٤	٧٢٩	١٦,٢١٦		
	الكلية	١١٨٩٨,٨٦٣	٧٣١			
المكون التعليمي للضجر الأكاديمي	بين المجموعات	٢٥١,٣٧٨	٢	١٢٥,٦٨٩	٣,١٥٦	داله عند (٠,٠٥)
	داخل المجموعات	٢٩٠٣٢,٧٢٤	٧٢٩	٣٩,٨٢٥		
	الكلية	٢٩٢٨٤,١٠٢	٧٣١			
المكون الأسري للضجر الأكاديمي	بين المجموعات	٣٤٥,٢٨١	٢	١٧٢,٦٤٠	٨,٣٤٢	داله عند (٠,٠٠١)
	داخل المجموعات	١٥٠٨٧,٥٧٢	٧٢٩	٢٠,٦٩٦		
	الكلية	١٥٤٣٢,٨٥٢	٧٣١			
إجمالي استبيان الضجر الأكاديمي	بين المجموعات	٧٦,٧٠٨	٢	٣٨,٣٥٤	٠,٢٦٢	غير داله
	داخل المجموعات	١٠٦٧٤٧,٤	٧٢٩	١٤٦,٤٣٠		
	الكلية	١٠٦٨٢٤,١١	٧٣١			

ولبيان اتجاه الدلالة قامت الباحثة باستخدام اختبار "Tukey" للمقارنات

المتعددة على النحو التالي :

جدول (٢٠) المتوسطات الحسابية لطلاب الجامعة عينة الدراسة في استبيان الضجر الأكاديمي وفقاً لمستوي الدخل الشهري للأسرة

المكون الأسري للضجر الأكاديمي	المكون التعليمي للضجر الأكاديمي	البيان
١٥,٧٤٥٦	٢٤,١٢٠١	منخفض (أقل من ٨٠٠٠ جنيهاً) ن=٢٨٣
١٤,٥٦١٨	٢٥,١٣٩٨	متوسط (من ٨٠٠٠ إلى أقل من ١٥٠٠٠) ن=٣٧٢
١٣,٧٥٣٢	٢٥,٨٠٥٢	مرتفع (١٥٠٠٠ فأكثر) ن=٧٧

يتضح من جدولي (١٩)، (٢٠) ما يلي:

- عدم وجود تباين دال إحصائياً بين طلاب الجامعة عينة الدراسة في محور المكون النفسي للضجر الأكاديمي ، إجمالي الضجر الأكاديمي تبعاً لمستوي الدخل الشهري للأسرة ، حيث بلغت قيمة (ف) المحسوبة (٢,٣٨٢ ، ٠,٢٦٢) علي التوالي وهي قيم غير دالة إحصائياً.
- وجود تباين دال إحصائياً بين طلاب الجامعة عينة الدراسة في محور المكون التعليمي للضجر الأكاديمي تبعاً لمستوي الدخل الكلي للأسرة حيث بلغت قيمة (ف) المحسوبة ٣,١٥٦ وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ، ولبيان اتجاه الدلالة تم تطبيق اختبار Tukey للمقارنات المتعددة وذلك لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطات درجات طلاب الجامعة عينة الدراسة في محور المكون التعليمي للضجر الأكاديمي تبعاً لمستوي الدخل الكلي للأسرة ، وقد وجد أن هذه الاختلافات لصالح المستوي المرتفع ، حيث أن متوسط درجات تلك الفئة كانت ٢٥,٨٠٥٢ ، مما يدل على أن الطلاب من الأسر ذات مستوي الدخل المرتفع لديهم أسباب تعليمية أعلى للضجر الأكاديمي .
- وجود تباين دال إحصائياً بين طلاب الجامعة عينة الدراسة في محور المكون الأسري للضجر الأكاديمي تبعاً لمستوي الدخل الكلي للأسرة حيث بلغت قيمة (ف) المحسوبة ٨,٣٤٢ وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٠١) ، ولبيان اتجاه الدلالة تم تطبيق اختبار Tukey للمقارنات المتعددة وذلك لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطات درجات طلاب الجامعة عينة الدراسة في محور المكون الأسري للضجر الأكاديمي تبعاً لمستوي الدخل الكلي للأسرة ، وقد وجد أن هذه الاختلافات لصالح الأسر ذات المستوي المنخفض من الدخل ، حيث أن متوسط درجات تلك

الفئة كانت ١٥,٧٤٥٦ ، مما يدل على أن طلاب الجامعة عينة الدراسة ممن ينتمون لأسر ذات مستوى منخفض من الدخل يزداد لديهم المكون الأسري للضجر الأكاديمي.

مما سبق يتضح:

عدم وجود تباين دال إحصائياً بين طلاب الجامعة عينة الدراسة في كل من إجمالي التنظيم الذاتي الإدراكي وإجمالي الضجر الأكاديمي تبعاً لمستوي الدخل الكلي للأسرة ، وبذلك يتحقق صحة الفرض السادس.

### ملخص لنتائج البحث Results :

١. وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين التنظيم الذاتي الإدراكي بأبعاده الثلاثة والضجر الأكاديمي بمحاوره الثلاثة .
٢. توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوي دلالة (٠,٠٥) بين إجمالي التنظيم الذاتي الإدراكي والفرقة الدراسية .
٣. بينما لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين إجمالي التنظيم الذاتي الإدراكي وكل من (عدد أفراد الأسرة ، المستوي التعليمي للأب ، المستوي التعليمي للأم ، مهنة الأب).
٤. لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين إجمالي الضجر الأكاديمي وكل من ( الفرقة الدراسية ، عدد أفراد الأسرة ، المستوي التعليمي للأب ، المستوي التعليمي للأم ، مهنة الأب).
٥. وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب الجامعة من الذكور والإناث عينة الدراسة في إجمالي التنظيم الذاتي الإدراكي لصالح الإناث عند مستوي دلالة ٠,٠٥ .
٦. وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب الجامعة من الذكور والإناث عينة الدراسة في إجمالي الضجر الأكاديمي لصالح الذكور عند مستوي دلالة ٠,٠٠١ .
٧. عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب الجامعة من الريف والحضر في كل من إجمالي التنظيم الذاتي الإدراكي وإجمالي الضجر الأكاديمي .
٨. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أمهات طلاب الجامعة العاملات وغير العاملات في كل من إجمالي التنظيم الذاتي الإدراكي وإجمالي الضجر الأكاديمي .

٩. عدم وجود تباين دال إحصائياً بين طلاب الجامعة عينة الدراسة في كل من إجمالي التنظيم الذاتي الإدراكي وإجمالي الضجر الأكاديمي تبعاً لمستوي الدخل الكلي للأسرة .

### توصيات البحث Recommendations

**بعد ما تقدم من عرض ومناقشة نتائج البحث تقترح الباحثان بعض التوصيات الآتية:**

- ١) إعداد المزيد من البحوث والدراسات العلمية عن التنظيم الذاتي الإدراكي والضجر الأكاديمي في مجال تخصص إدارة مؤسسات الأسرة والطفولة وتناولها من جوانب عديدة ومختلفة لتعزيزها والاستفادة منها وتنميتها لمختلف الفئات التي يخدمها التخصص .
- ٢) ضرورة توظيف برامج خفض الضجر الأكاديمي في التعليم من قبل المؤسسات التربوية والتعليمية وتطوير المناهج الدراسية ، إذ يجب أن تكون خالية من الرتابة والتكرار والملل واتباع طرائق تدريس حديثة.
- ٣) تشجيع وتطوير تفكير الطلبة من خلال تنوع مصادر تفاعل الاستاذ الجامعي مع الطلبة لكسر الحاجز النفسي لديهم ، ينبغي على أعضاء هيئة التدريس في الجامعات القيام بتوعية طلابهم بأهمية وضرة التنظيم الذاتي وأثره في تحصيلهم الدراسي
- ٤) ضرورة الاهتمام بمهارات تكنولوجيا المعلومات والاتصال وتنميتها لدي الطلاب الجامعيين لما لها من تأثير في تحسين جودة خدمة التعليم العالي في الجامعات .
- ٥) إن على الأقسام المعنية بالأنشطة الطلابية عقد دورات تدريبية وورش عمل للطلبة من أجل اكسابهم مهارات التنظيم الذاتي المعرفي .
- ٦) زيادة تبصير الطلبة بعمليات التنظيم الذاتي المعرفي عن طريق تغيير طرق التدريس المتبعة حالياً من الطريقة التقليدية في التدريس المعتمدة على الحفظ والتلقين بأساليب التدريس الفعالة التي تحفز على الابداع الجاد
- ٧) ضرورة قيام شراكة حقيقية بين المؤسسة التعليمية والأسرة لسد الفجوات الموجودة، فالطالب هو نتاج المؤسساتين معاً، ومن هنا فإن العمل المشترك يجنب الطلاب الكثير من الشعور بالملل الأكاديمي.

٨) تحفيز الطلاب للاشتراك في الأنشطة الطلابية المنهجية واللامنهجية، فالمشاركة الأكاديمية، كما أوضحت الأدبيات تنأى بالطلاب عن الشعور بالملل الأكاديمي وهذا الأمر يتطلب وجود أنشطة جامعية حقيقية يتم تدريب المختصين على كيفية إعدادها وتطبيقها.

٩) إعادة النظر في مناهج التعليم الجامعي في إطار التوجهات العالمية ، مع تطوير المقررات وتحديثها بحيث تلاحق التطور العلمي السريع . تدريب المعلمين على استراتيجيات وأساليب وطرائق التدريس الحديثة بصورة مستمرة بهدف تدعيم عمليات التعليم والتعلم ومواكبتها للتغيرات العالمية التي باتت متسارعة.

١٠) إعداد برامج تدريبية لطلبة الجامعة لتنمية مهارات التنظيم الذاتي الإدراكي لديهم لمستويات أعلى للحفاظ على الصحة النفسية لديهم ، وتوظيف البرامج العلاجية والإرشادية في تنمية مهارات التنظيم الذاتي بتعريف الخصائص السلوكية لهم تمهيداً لعمل البرامج الإرشادية والوقائية والعلاجية التي تحد من شعورهم بالملل بمساعدة الإخصائيين النفسيين

**مراجع البحث References****المراجع العربية**

- (١) أحمد . أشرف السعيد (٢٠١٣) : " تكنولوجيا المعلومات وإدارة الأزمات ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر .
- (٢) الأكرع . زينب صالح ثامر ( ٢٠١٧ ) : " الإبداع الجاد وعلاقته بالتنظيم الذاتي لدي طلبة الجامعة " ، رسالة ماجستير ، قسم العلوم التربوية والنفسية ، كلية التربية ، جامعة القادسية ، العراق .
- (٣) بو بكر . نعرورة (٢٠١٦) : " دور تكنولوجيا المعلومات والاتصالات في تحسين جودة خدمة التعليم العالي : دراسة حالة في جامعة الشهيد حمة لخضر بالوادي " ، بحث منشور ، مجلة الدراسات الاقتصادية والمالية ، المجلد (٢) ، العدد (٩) .
- (٤) بوسعيد . نجوي (٢٠٢٢) : " علاقة التنظيم الذاتي بالإضطراب التحولي لدي عينة من الطلبة الجامعيين - دراسة ميدانية بجامعة قاصدي مرياح ورقلة " ، رسالة ماجستير ، قسم علم النفس وعلوم التربية ، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية ، جامعة قاصدي مرياح ورقلة ، الجزائر .
- (٥) حسن . سعودي صالح عبد العليم (٢٠٢٤) : " أثر بيئة تعلم إلكتروني علي مبادئ النظرية الاتصالية علي تنمية مهارات تكنولوجيا المعلومات والاتصال ورفع مستوى الرفاهية النفسية لدي طلاب كلية التربية النوعية مختلفي التخصص " ، بحث منشور ، مجلة البحوث في مجالات التربية النوعية ، كلية التربية النوعية ، جامعة المنيا ، المجلد العاشر ، العدد ٥٠ ، يناير ٢٠٢٤ ، جمهورية مصر العربية .
- (٦) حسن . علي صلاح عبد المحسن ( ٢٠٢١ ) : " الخصائص السيكومترية لمقياسي التنظيم الذاتي والسلوك الفوضوي لطلاب كلية التربية جامعة أسيوط " ، بحث منشور ، مجلة كلية التربية - جامعة عين شمس ، العدد الخامس والأربعون (الجزء الثالث ٢٠٢١ م .
- (٧) حميد . رواء رشيد (٢٠١٥) : " السلوك الاستكشافي وعلاقته بالتنظيم الذاتي لدي الفئات العمرية (١٢ - ١٤) و (١٥ - ١٦) سنة " ، بحث منشور ، مجلة ديالي ، كلية التربية للعلوم الانسانية ، جامعة ديالي ، العدد السابع والستون ، بغداد .

- (٨) الحميدي . حسن عبد الله ، اليوسف . هيفاء علي (٢٠١٩) : " الضجر الأكاديمي وعلاقته بعادات العقل لدى طلبة جامعة الكويت "، بحث منشور ، المجلة الدولية التربوية المتخصصة ، المجلد (٨) ، العدد (٢)، الأردن.
- (٩) خليفة . أحمد ، يونس . أحمد (٢٠٢١) : "التوافق مع الحياة الجامعية وعلاقته بالتنظيم الذاتي لدى طلبة جامعة حلوان" ، بحث منشور ، مجلة الدراسات في الخدمة الإجتماعية ، العدد (٥٥) ، الجزء الثالث ، مصر .
- (١٠) الرفوع . محمد أحمد ، القيسي . تيسير خليل ، القرارة . أحمد عودة (٢٠٠٩) : " علاقة الكفاءة الذاتية المدركة بالقدرة على حل المشكلات لدى طلبة جامعة الطفيلة التقنية في الأردن" ، بحث منشور ، المجلة التربوية ، مج ٢٣ ، ع ٩٢ ، سبتمبر ٢٠٠٩ ، الكويت .
- (١١) الزيات . فاطمة محمود (٢٠٠٩) : علم النفس الإبداعي، الطبعة الأولى ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، الأردن .
- (١٢) الشافعي . نهله فرج علي (٢٠١٦) : " الضجر الأكاديمي وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى طلاب الجامعة" ، بحث منشور ، مجلة كلية التربية ، جامعة بنها ، ٢٧(١٠٧) ، مصر .
- (١٣) شعبان . حمدي سعد محمد (٢٠١٣) : " التنظيم الذاتي وعلاقته بتقدير الذات لدى عينة من ذوي الإعاقة البصرية " ، بحث منشور ، مجلة كلية التربية ، كلية التربية ، جامعة طنطا ، العدد ٥٢ ، مصر .
- (١٤) صالح . علي عبد الرحيم ، كطان . حيدر محمد ، علي . حيدر هاشم (٢٠١٣) : ومضات في علم النفس المعرفي ، الطبعة الأولى ، دار الرضوان للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن .
- (١٥) العباسي . منذر مبدر عبد الكريم (٢٠١٠) : "تصميم تعليمي وفقا لنظرية التعلم المستند الى الدماغ وأثره في تحصيل طلاب الصف الثاني متوسط في مادة الكيمياء" ، بحث منشور ، مجلة الفتح ، العدد (٤١)، كلية التربية الأساسية، جامعة ديالى .
- (١٦) عبد . حسين موسى (٢٠١٣) : "الكفاءة الذاتية المدركة وعلاقتها بالتنظيم الذاتي المعرفي لدى طلبة المرحلة الاعدادية في محافظة بابل ، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية للعلوم الانسانية، جامعة بابل ، العراق .

- (١٧) عبد الحميد . رشا هاشم ، حمدي . إيمان سمير (٢٠١٤) : " نموذج تدريسي مقترح قائم على (التعلم الاستراتيجي وفاعليته في تنمية التحصيل ومهارات التنظيم الذاتي الرياضي لدى طلاب الصف الأول الثانوي" ، أطروحة دكتوراه منشورة ، مجلة تربويات الرياضيات ، الجمعية المصرية لتربويات الرياضيات، مجلد ١٧، عدد (١) ، مصر .
- (١٨) عبد العال . تحية محمد (٢٠١٢) : " الضجر وعلاقته بمعني الحياة لدي طلاب الجامعة " دراسة في سيكولوجية المضجر"، بحث منشور ، مجلة كلية التربية ، جامعة بنها، مصر .
- (١٩) عبد اللطيف . محمد سيد محمد (٢٠٢٠) : " نمذجة العلاقات السببية بين الضجر الأكاديمي وشفقة الذات وجودة الحياة الأكاديمية لطلاب كلية التربية جامعة الأزهر " ، بحث منشور ، مجلة التربية ، كلية التربية بالقاهرة ، العدد (١٨٨)، الجزء الثاني ، أكتوبر ٢٠٢٠ ، مصر .
- (٢٠) على . إبراهيم باجس (٢٠١٥) : "فاعلية برنامج تدريبي في تحسين التنظيم الذاتي وخفض العزلة لدي الطلبة المراهقين ، بحث منشور ، دراسات في العلوم الإنسانية والاجتماعية ، مجلد ٤٢، عدد (١) ، الأردن .
- (٢١) علي . إيهاب حامد سالم (٢٠١٨) : " الضجر وعلاقته بدافعية الإنجاز الأكاديمي لطلاب الخدمة الاجتماعية - دراسة من منظور خدمة الفرد " ، بحث منشور ، مجلة الخدمة الاجتماعية ، جامعة حلوان ، مصر .
- (٢٢) العليان . نرجس (٢٠١٩) : " استخدام التقنية الحديثة في العملية التعليمية "، بحث منشور ، مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية ، عدد (٤٢) ، العراق .
- (٢٣) فراج . محمد أنور (٢٠١٢) : " الإسهام النسبي لتنظيم الذات والمثابرة الأكاديمية في التنبؤ بالتحصيل الأكاديمي لدي عينة من طلاب الجامعة " ، بحث منشور ، المجلة المصرية للدراسات النفسية ، المجلد ( ٢٢ ) ، العدد (٧٦) ، الجمعية المصرية للدراسات النفسية ، مصر .
- (٢٤) الفقي . أمال إبراهيم (٢٠١٢) : " التنظيم الذاتي وعلاقته بمستوى الطموح وقلق المستقبل لدى طلاب الثانوية العامة ، بحث منشور ، مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس ، ج ٣ ، العدد (٣٢) ، مصر .

- (٢٥) ----- (٢٠١٦) : "فعالية الإرشاد التربوي في إدارة الضجر لدى طلاب الجامعة المتفوقين دراسياً"، مجلة التربية الخاصة ، بحث منشور ، مركز المعلومات التربوية والنفسية والبيئية ، كلية التربية ، جامعة الزقازيق ، مصر .
- (٢٦) محمد . صفاء عبد الحسين ، المعموري. لميا جاسم محمد (٢٠٢٢) : " التنظيم الذاتي لدى طلبة الجامعة "، بحث منشور ، مجلة البحوث التربوية و النفسية ، جامعة بغداد ، المجلد (١٩) ، العدد (٧٢) ، العراق .
- (٢٧) المحمودي . محمد سرحان علي (٢٠١٩) : **مناهج البحث العلمي** ، الطبعة الثالثة ، دار الكتب ، صنعاء ، الجمهورية اليمنية .
- (٢٨) مظلوم . مصطفى علي ( ٢٠١٤ ) : " فعالية برنامج إرشادي لتخفيف الضجر لدى عينة من طلاب الجامعة " ، بحث منشور ، دراسات عربية في التربية وعلم النفس ، رابطة التربويين العرب ، العدد(٥٢)، مصر .
- (٢٩) مومني . عبد اللطيف عبد الكريم ، خزعلي . قاسم محمد ( ٢٠١٦ ) : " التنظيم الذاتي لدى عينة من الطلبة الجامعيين وقدرته التنبؤية في تحصيلهم الدراسي " ، بحث منشور ، مجلة الدراسات التربوية و النفسية ، جامعة السلطان قابوس ، مجلد ١٠ ، العدد(٣) ، يوليو ٢٠١٦ ، سلطنة عمان .
- (٣٠) ناصف . محمد يحي حسين (٢٠١٨) : " الشعور بالملل الأكاديمي ونسبة انتشاره ، ومبرراته ، وعلاقته بمستوى التحصيل والمشاركة الأكاديمية وسلوكيات المعلم الداعمة لاستقلالية طلاب المرحلة الثانوية " ، بحث منشور ، المركز القومي للبحوث التربوية والتنمية بالقاهرة ، مصر .
- (٣١) النوايسة . أديب عبد الله ، محادين . حسين طه ( ٢٠١٣ ) : **النمو الانفعالي والاجتماعي للطفل** ، الطبعة الأولى، اثناء للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن .
- (٣٢) اليوسف . رامي محمود (٢٠٢٠) : " مستوى التنظيم الذاتي و اتخاذ القرار وتقدير الذات لدى طلبة كلية العلوم التربوية في الجامعة الأردنية و العلاقة الارتباطية بينها " ، بحث منشور ، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية ، المجلد ٢٨ ، العدد (٤) ، الجامعة الإسلامية بغزة ، فلسطين .

### المراجع الأجنبية

- 33) Alda, M., Minguez, J., Montero-Marin, J., Gili, M., Puebla-Guedea, M., Herrera-Mercadal, B., Navarro-Gil, M., & Garcia-Campayo, J.(2015). Validation of the Spanish version of the Multidimensional State Boredom Scale (MSBS). *Health & Quality of Life Outcomes*, 13 (1),.
- 34) Bandy ,B.S (2010) *Research To Results Information For Practitioners On The Importance Of Self-Rerulation And How To Measure It Assessing Self-Regulation: Aguide For Out \_Of School Time Program Practitioners .Child Trends*, Retrieved April. 9.2014 from <http://www.childtrends.org>.
- 35) Daschmann, E., Goetz,T., & Stupnisky,R. (2011). Testing the predictors of boredom at school: Development and validation of the precursors to boredom scales. *British Journal of Educational Psychology*, 81, 421-440.
- 36) Leung. Louis & Zhang. Renwen ( 2016): *Predicting tablet use: A study of gratifications-sought, leisure boredom, and multitasking , Telematics and information ,vol.33,issue 2,may.*
- 37) Mann, S.& Robinson,A.(2009). *Boredom in the lecture theatre: An investigation in to the contributors,moderators and outcoms of boredom amongst university students. British Educational Research Journal*, 35(2), 243-258.
- 38) O'Brien, W.(2014). *Boredom. Analysis*, 74 (2), 236-244.

- 39) Reynolds, R, Notari, M, Taveres, N. & Lee, C. (2016). *Twenty-First Century Skills and Global Education Roadmaps. Research gate.*
- 40) Taylor W. Acee , Hynjin kim , Jung- in kim , & Hsiang-ning Rebecca chy (2010) ; *Academic boredom in under- and overchallenging situations, Contemporary Educational Psychology .35,*  
*doi:10.1016/j.cedpsych.2009.08.002.*
- 41) Thomas Goetz , Anne c Frenzel , Nathan C.Hall & Ulrike Nett (2014) : *Types of boredom: An experience sampling approach Motivation and Emotion , VOL. 38, DOI 10.1007/s11031-013-9385-y.*
- 42) Tze, V., Daniels,L.,& Klassen,R.(2016). *Evaluating the relationship between boredom and academic outcomes: A meta-analysis. Educational Psychology Review,28(1),119-144.*
- 43) Zimmerman, B. & Kitsantas, A. (2014). *Comparing students' selfdiscipline and self-regulation measures and their prediction of academic achievement. Contemporary Educational Psychology, 39 (2), 145-155.*

## **Cognitive self-regulation in view of using information and communication technology and its relationship to academic boredom for university students**

<b>Samah gouda ali wahba</b>	<b>Shimaa Ahmed Nabawy Tawfek</b>
Associate Professor of Family and Childhood Institutions Management, Faculty of Home Economics, Al-Azhar University	Associate Professor of Family and Childhood Institutions Management, Faculty of Home Economics, Al-Azhar University

**ABSTRACT** :Self-regulation is a fundamental variable in building the student's intellectual, value, emotional and behavioral beliefs, which are fundamentally reflected in the formation of his personal identity. Today, the use of information and communication technology in the educational process has become an inevitable necessity, as technology has become an integral part of the educational process by employing information and communication technology, which arouses a sense of fatigue and exhaustion in the individual, Therefore, feeling academic boredom is a real problem that many students face and its impact extends not only to the student but also to the family and society as a whole. It may attack the individual's psyche and thinking and make him lose the ability to achieve self-realization and creativity and make him feel disturbed and helpless, so he loses the desire to learn and tries to escape from different educational situations. Therefore, it was necessary to study cognitive self-regulation and academic boredom. Therefore, **the current research aimed to** study the relationship between cognitive self-regulation in view of using information and communication technology and academic boredom among university students. **The study sample consisted of** (730) male and female university students, from different social and economic levels. **The research tools consisted of** a general data form for university students and their families, a cognitive self-regulation questionnaire with its dimensions, and an academic boredom questionnaire with its axes, After collecting this data, it was classified and tabulated and the appropriate statistical coefficients

were used in the SPSS program to reach the results. **The research followed the descriptive analytical approach.** One of the most important results of the research was the existence of a statistically significant negative correlation between cognitive self-regulation in its three dimensions and academic boredom in its three axes. There is a statistically significant positive correlation between the total cognitive self-regulation and the academic year, There were statistically significant differences between male and female university students in the study sample in total cognitive self-regulation in favor of females, and in total academic boredom in favor of males. There were no statistically significant differences between rural and urban university students, and between working and non-working mothers of university students in both total cognitive self-regulation and total academic boredom.

**The study presented a set of recommendations,** the most important of which were: the departments concerned with student activities should hold training courses and workshops for students in order to provide them with cognitive self-regulation skills, change the current teaching methods from the traditional method of teaching based on memorization and indoctrination to effective teaching methods that stimulate serious creativity, The necessity of establishing a real partnership between the educational institution and the family to bridge the existing gaps, motivating students to participate in curricular and extracurricular student activities, to get rid of students' feeling of academic boredom, reviewing university education curricula within the framework of global guidelines, while developing and updating courses to keep pace with rapid scientific development, Preparing training programs for university students to develop their cognitive self-regulation skills to higher levels to maintain their mental health.

**Keywords:** Self-regulation, cognitive self-regulation, cognitive self-thinking, cognitive self-control, cognitive self-employment, academic boredom, university students.