

**اساليب الحفظ والاستذكار لدى طلبة كلية التربية / ابن رشد للعلوم
الإنسانية في مادة علم النفس العام والتربوي
أ.م.د. ناصر خضير سكران
جامعة بغداد / كلية التربية / ابن رشد للعلوم الإنسانية
Nasir.sakran63@gmail.com**

المخلص:

يرمي البحث الحالي التعرف بأساليب الحفظ والاستذكار لدى طلبة المرحلة الاولى في كلية التربية/ابن رشد للعلوم الانسانية في مادة علم النفس العام والتربوي، وقد تكون مجتمع البحث (٥٤٠) طالباً وطالبة في الدراسات الصباحية ، موزعين بين (٧) اقسام علمية ، وهي : (قسم اللغة الانكليزية، وقسم اللغة العربية، وقسم التاريخ، وقسم الجغرافية، وقسم العلوم التربوية والنفسية، وقسم اللغة الكردية) وقد توصلت الدراسة الى النتيجة الاتية: حصل الاسلوب الذي نصه (اثابر على قراءة المواد الصعبة حتى يتم فهمها على وسط مرجح (٣,٥٢) ووزن مثوي (٨٨%) على المرتبة الاولى، في حين حصل الاسلوب الذي نصه (اعمل ملفاً خاصاً لكل مادة دراسية لتسهيل عملية الحفظ والاستذكار على المرتبة الاخيرة في قائمة الاساليب التي اختارها الطلبة ، بوسط مرجح (٢,٠٢) ووزن مثوي (٥١%).

**Methods of conservation and memorization among the students of the
faculty of education ibn Rushd for the human sciences of general
psychology .**

Assist prof . Dr. nasir khudair skran

Baghdad university- College of education . ibn rushd for Humanities

Abstract:

Find Financial aims to lean about conservation and recall methods of the First phase students in the college education, ibn rushed sciences humanity in material general psychology may be the research community (450) students at the morning studies distributed (7) scientific sections, namely, (department of the English language, department of Arabic language, history, Geographic, of educational sciences, psychological, Kurdish language) the study found the following results: Gote style wich reads (athabr to read the difficult material until its understood the center weightd (3.52) and (88%) ranked first while fote a techniQue that reads (make a special file for each material schlarships of conservation and recall ranked the latest in a hall the methods. Chosen by student in central weightd (2.02) and wt(51%).

الفصل الاول/ التعريف بالبحث:

مشكلة البحث:

لحظ الباحث وهو تدريسي في كلية التربية/ابن رشد للعلوم الانسانية ان هناك تدنياً واضحاً في مستوى الحفظ والاستذكار عند طلبة الاقسام التي درس ويدرس بها الان ، اذ ان قدراتهم في الحفظ والاستذكار لا ترتقي الى مستوى الطموح ، ولا تعبر عن فهم المعنى ، ولا حتى المعاني خلف السطور ، وهذا الامر هو الذي يدعو لإجراء بحوث ودراسات من اجل معالجة الخلل ، وتزويد الطلبة في المرحلة الجامعية بالمهارات الاساسية للوصول الى المعرفة بأنفسهم ، ومن ثم معالجتها، وتنظيمها بنحو منتظم يمكنهم من فهمها والاحتفاظ بها واسترجاعها بسهولة.

ويجمع المتخصصون أن السبب الذي يكمن وراء بذل الطلبة كثير من الجهود في المذاكرة وحصولهم على تقديرات منخفضة هو الاساليب غير السليمة المستعملة في المذاكرة ، مما يؤثر في المستوى العلمي لهم ، وهي مشكلة كبيرة بحد ذاتها.

اهمية البحث:

يقضي المتعلم منا خلال مراحل الدراسة المختلفة ، وهو يبذل جهوداً من اجل النجاح والتفوق للحصول على الشهادات المطلوبة، وقد يوفق البعض منا، في حين لا يوفق البعض الآخر، وحتى درجة التوفيق في النجاح تختلف من متعلم لآخر، وينحصر عام ان استطاع الطالب ايجاد وسيلة مناسبة للدراسة سيساعده ذلك على اجتياز هذه المرحلة باقل (خسائر) ان جاز لنا التعبير، لأن "الدراسة ليست مجرد الجلوس الى كتاب مقرر استعداداً للامتحان او الحصة ، وانما هي مجهود شامل كلي للتعلم والحفظ والاستذكار". (الهاشمي والدليمي، ٢٠٠٨: ٥٣)

إن للحفظ والاستذكار الجيد اثراً كبيراً في تقدم الدراسة ، وزيادة نسبة النجاح في الامتحانات المدرسية والعامة وحتى الجامعية، ذلك ان ساليب طريقة الدراسة التي يلجأ اليها الطلبة مرتبطة الى حد كبير بإخفاقهم في نتائج الامتحانات والاختبارات ومن ثم فان الاستذكار الجيد يؤدي الى التحصيل الجيد الذي يساعد على التعلم الجيد ومن ثم استيعاب المادة المراد استذكارها ، وسهولة ربط اجزاء بعضها ببعض. (ابو عليا، ٢٠٠١: ٧٣)

ويرى (البهادلي ١٩٩٩) ان الاستذكار يقوم مقام التغذية الراجعة التي يحتاج اليها في التعليم الاجرائي ، لمعرفة مدى الاستجابة للمهمة التعليمية ، وعلى تعزيز التعلم الذي هو نشاط فعال يستهدف تربية الفرد وتنمية مدركاته ليكون فرداً قادراً على ان يتفاعل بايجابية مع المؤثرات البيئية المختلفة. (البهادلي، ١٩٩٩: ٥٢).

ويؤكد المتخصصون في مجال علم النفس المعرفي أن المتعلم اذا كان قادراً على تعلم المهارات والخبرات الحياتية ، كان قادراً على مراقبة نفسه وتصرفاته ، ومقارنة سلوكه على اساس يوافق

ويقتنع بفائدتها، اذ يوجهها ذاتياً خلال التمرين الايجابي او السلبي على السلوك المطلوب ومن ثم حدوث عملية الحفظ والاستذكار. (الهنداوي، ٢٠٠٣: ٣٣)

ويؤكد ذلك (الزغلول، ٢٠٠١) أن اهم الاسباب التي دعت المؤسسات التعليمية الى الاهتمام باستراتيجيات التعلم والاستذكار هي مساعدة الطلبة على تحليل و المعلومات و توثيقها وتعليم الطلبة على استعمال مهارات الحفظ والاستذكار في جميع المواد و لاسيما الطلبة غير الكفوئين في مستوى اتقانهم لهذه المهارات. (الزغلول، ٢٠٠١: ٧١)

وتبرز اهمية البحث الحالي في تعلم الطلبة الجامعين ضرورة الاعتماد على انفسهم في عمليات الحفظ والاستذكار ، وان لا يكون هؤلاء الطلبة مصدراً لحشو المعلومات التي سرعان ما يتم نسيانها بعد انتهاء الفصل الدراسي ، والامتحان بها، فلابد من البدائل التي تدعم مهارات التفكير الابداعي ، والتركيز والارتقاء بعمليات الحفظ والاستذكار، في ضوء مراعاة شروط التحصيل الجيد والحفظ لزمن معين وتنظيم المادة في وحدات معينة طبيعية او منطقية ، لكي يكون الطلبة على اطلاع تام بالأسس التي يقوم عليها هذا العلم ، المتمثل بمادة علم النفس العام والتربوي الذي وصفه خبراء التربية بأنه من المصادر المهمة والرئيسة التي تزود الطالب بالخبرة التعليمية والنفسية خلال مسيرته الدراسية عامة ، والجامعية خاصة.

اهداف البحث:

يرمي البحث الحالي الى التعرف بأساليب الحفظ والاستذكار لدى طلبة المرحلة الاولى في كلية التربية/ابن رشد للعلوم الانسانية في مادة علم النفس العام والتربوي.

حدود البحث:

اقتصرت البحث الحالي على عينة من طلبة المرحلة الاولى المقبولين في كلية التربية/ابن رشد للعلوم الانسانية الدراسة الصباحية العام الدراسي ٢٠١٦-٢٠١٧.

تحديد المصطلحات:

١-الاسلوب:

عرفه الهاشمي والدليمي (٢٠٠٨) بانه: "مجموعة العمليات والاجراءات التي يؤديها شخص ما لأداء عمل ما وهي تشكل نمطاً مميزاً لسلوكه" (الهاشمي والدليمي، ٢٠٠٨: ١٧)

ويعرفه الباحث الاسلوب اجرائياً بانه: مجموعة من العمليات والاجراءات التي يؤديها طلبة كلية التربية في مادة علم النفس العام والتربوي من اجل ادامة عمليات الحفظ والاستذكار.

٢- اساليب الحفظ والاستذكار:

عرفها (العفنان، ٢٠٠٦) بأنها: "الممارسات السلوكية التي يستعملها الطلبة والمتمثلة في الطرق والاساليب التي يضعونها في عمليات الحفظ والاستذكار اليومي او الامتحاني. (العفنان، ٢٠٠٦: ٦١)

ويعرفها الباحث اجرائياً بأنها:

اساليب يقوم بها طلبة المرحلة الاولى في كلية التربية/ابن رشد للعلوم الانسانية في مادة علم النفس العام والتربوي لزيادة عمليات حفظ المادة واستذكارها.

٣- طلبة المرحلة الاولى:

هم الطلبة المقبولين في كلية التربية/ابن رشد للعلوم الانسانية (الدراسة الصباحية) بعد تخرجهم من الدراسة الاعدادية بفرعها العلمي والادبي.

٤- علم النفس العام والتربوي:

احد الكتب المقرر تدريسها لطلبة المرحلة الاولى المقبولين في كلية التربية/ابن رشد للعلوم الانسانية الدراسة الصباحية والمسائية ويتناول الكتاب جميع مظاهر الحياة النفسية من خلال دراسته لجميع جوانب السلوك المختلفة، كما يقوم بتطبيق مبادئ علم النفس وقوانينه ونظرياته في ميدان التربية والتعليم ، ويدرس ايضاً المشكلات المتعلقة بسلوك التعلم والتعليم والمشكلات التربوية.

الفصل الثاني/ خلفية نظرية ودراسات سابقة:

المبحث الاول/ خلفية نظرية:

تعدّ اساليب الحفظ والاستذكار من الاجزاء الاساسية والضرورية في عملية التعلم، حيث انها الجزء الذي يحتفظ فيه الفرد بالمعلومات والخبرات التي يكتسبها من من تفاعله مع البيئة المحيطة، كي يوظفها في حياته اليومية او المدرسية ، وتوجد عدة كفايات تستخدم في الكشف عن قدرتنا على الاستذكار، وهذه الكفايات هي:

- ١- الاسترجاع او الاستذكار: وهي من اكثر انواع التذكر استخداماً لقياس القدرة على الحفظ.
- ٢- التعرف: معظم الطلبة يوافقون على ان النتائج التي يحصلون عليها في حالة اي نوع اخر من الفحوص، ففي حالة فحص من نوع الاختبار في متعدد ينتظر ان تكون نتائجه افضل مما في حالة الاختبار المقالي.
- ٣- الاحتفاظ: هو القدرة على التحصيل وتخزين المعلومات.

ولا بد من بيان اهمية المذاكرة المنتظمة، إذ إن الانسان يحتاج الى الاعتماد على ذاكرته، والى تحسينها، وتقويتها، والى ابعاد شبح النسيان، واشد الناس حاجة الى المذاكرة هم الطلبة ولاسيما طلبة المرحلة الجامعية. (اليمني، ٢٠٠٤: ٦٥)

اولاً- كيف نبدأ الاستذكار:

هناك اربع طرائق تساعد على عملية الحفظ والاستذكار ، يمكن ايجازها فيما يأتي:

١- تهيئة قائمة مسبقة عن المهام المطلوبة: وهذه القائمة توضح للمتعلم من اين يبدأ في الوقت المحدد والمناسب.

٢- خلق مناخ مناسب للعمل الاستذكاري: الكآبة اكثر الامور شعوراً بالإحباط، وان التخلص منه يتم من خلق جو مناسب وجذاب في الغرفة الدراسية ، مثل ترتيب الزهور واختيار الالوان المناسبة.

٣- التركيز في الفوائد التي يمكن ان يجنيها من الدراسة.

٤- اخيراً على المتعلم ان يكافئ نفسه بعد كل عملية استذكار ناجحة، لان مفتاح العمل الناجح ، هو منح ومكافآت بسيطة وفورية بعد العمل مباشرة وليس قبله.

(خزام، ١٩٩٤: ٧٣)

ثانياً / متى يكون التعلم سهلاً :

كثيراً ما يكون العمل بالحفظ والاستذكار بمنزلة اداء ، روتيني لبعض الطلبة ، ولكي يكون التعلم سهلاً وافضل يجب توافر عدد من محددات وافضلية للتعلم، وهي:

١- توفر البيئة المناسبة للتعلم.

٢- تنظيم المعلومات يساعد العقل على استيعابها.

٣- استعمال ما يلزم من حواس لتسجيل المعلومات ونقلها الى المخ، وان لا يفتقر الامر على استعمال احدى الحواس دون غيرها. (لطيف، ٢٠٠٣: ٦٦)

المبحث الثاني/ دراسات سابقة:

اولاً / دراسة العجمي (٢٠٠٣):

رمت هذه الدراسة التعرف بعلاقة عادات الاستذكار والاتجاهات نحو الدراسة بالتحصيل الدراسي في المواد التربوية لدى طلاب ملية التربية للبنات بالأحساء. اختيرت عينة عشوائية بسيطة مكونة من (٥٠٠) طالب من المستوى الرابع، منهم (٣٥٠) طالبة في الاقسام الادبية، بواقع (٧٠) طالبة لكل قسم (اللغة العربية، الدراسات الاسلامية، اللغة الانكليزية، التاريخ، الجغرافية) و(١٥٠) طالبة في الاقسام العلمية، بواقع (٣٠) طالبة لكل قسم (الاحياء، والرياضيات، والفيزياء، والكيمياء، والاقتصاد المنزلي) وطبق عليهم مقياس الاستذكار والاتجاه نحو الدراسة.

النتائج:

توصلت الدراسة الى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين عادات الاستذكار لطالبات الكلية/ الاقسام العلمية والادبية وتحصيلهم الدراسي. (العجمي، ٢٠٠٣: ٦٥)
ثانياً / دراسة القصابي (٢٠١٠) :

فاعلية برنامج ارشاد جمعي في تحسين عادات الاستذكار لدى الطلاب ضعاف التحصيل. رمت هذه الدراسة الى اختبار فاعلية برنامج ارشاد جمعي لتحسين عادات الاستذكار الجيد لدى الطلاب ضعاف التحصيل في الصف العاشر واختبار اثره في التحصيل الدراسي. اذ تكونت عينة الدراسة من (٢٦) طالباً ، تم اختيارهم قصدياً من خلال درجاتهم التحصيلية ، وتم تقسيمهم على مجموعتين متجانستين (ضابطة وتجريبية) كل منها تكون من (١٣) طالباً، طبق على افراد المجموعتين القياس القبلي والبعدى، ومقياس المتابعة باستخدام مقياس عادات الاستذكار الذي اعده الباحث.

واظهرت النتائج فروقاً ذات دلالة احصائية بين درجات المجموعة التجريبية والضابطة بعد تطبيق البرنامج الارشادي. (القصابي، ٢٠١٠: ٣٣)
موازنة الدراسات السابقة:

سيوازن الباحث بين الدراستين في كل ما يتعلق بموضوع الدراسة وهدفها، وسنتها، ومكان اجرائها، وعينتها، وحجمها، ومرحلتها الدراسية، والمادة الدراسية التي تناولتها، والاداة المعتمدة في الدراستين، والوسائل الاحصائية المستعملة، فضلاً عن النتائج المهمة، لذا ارتأى الباحث عرض هذه الموازنة في جدول ملخص وهو اسلوب اعتاد عليه الباحثين في المدة الاخيرة.

جدول (١) يمثل موازنة الدراسات السابقة

ت	اسم الباحث	السنة	مرمى الدراسة	مكان اجراء الدراسة	جنس العينة	المرحلة الدراسية	المادة الدراسية	حجم العينة	ابرز النتائج الدراسية
١	العجمي	٢٠٠٣	التعرف على عادات الاستذكار والاتجاهات نحو الدراسة بالتحصيل الدراسي في المواد التربوية لدى طلاب كلية التربية للبنات	السعودية	بنات	جامعية	المواد التربوية	٥٠٠	وجود علاقة ارتباطية موجبة بين عادات الاستذكار لطالبات الكلية
٢	القصابي	٢٠١٠	فاعلية برنامج ارشادي جمعي في تحسين عادات الحفظ والاستذكار	الاردن	ذكور	اعدادية	ارشاد	٣٩	وجود فرق ذو دلالة احصائية ارتباطية موجبة بين درجات المجموعة التجريبية والضابطة

الفصل الثالث/ منهجية البحث واجراءاته:

يتناول الباحث في هذا الفصل منهجية البحث والاجراءات التي اتبعها في دراسته الوصفية، اذ اعتمد الباحث على اسلوب المنهج الوصفي لتحقيق اهداف دراسته، زيادةً على ذلك يضم هذا الفصل الاجراءات التي اعتمد عليها الباحث لتحقيق اهداف الدراسة ، وتشمل تحديد مجتمع الدراسة، واختيار عينتها ، واداة الدراسة المستعملة ، واستخراج صدق الاداة وثباتها ، فضلاً عن الوسائل الاحصائية المستعملة.

اولاً/ المجتمع الاصلي للبحث:

تكون مجتمع البحث للدراسة الحالية من (٥٤٠) طالباً وطالبة ، يمثلون طلبة المرحلة الاولى في كلية التربية/ابن رشد للعلوم الانسانية الدراسة الصباحية وللعام الدراسي (٢٠١٦-٢٠١٧) والجدول (٢) يوضح ذلك.

جدول (٢) يمثل المجتمع الاصلي للبحث موزعاً على اقسام كلية التربية/ ابن رشد للعلوم الانسانية بحسب

الدراسة الصباحية

ت	القسم	المرحلة	الدراسة الصباحية	النسبة المئوية
١	اللغة الانكليزية	الاولى	٨٠	%١٥
٢	اللغة العربية	الاولى	٥٥	%١٠
٣	التاريخ	الاولى	٩٤	%١٧
٤	الجغرافية	الاولى	٦٥	%١٢
٥	العلوم التربوية والنفسية	الاولى	٦٥	%١٢
٦	علوم القرآن	الاولى	١٢٦	%٢٣
٧	اللغة الكردية	الاولى	٥٥	%١٠
	المجموع		٥٤٠	%١٠٠

ثانياً/ عينة البحث: يرى (العبيدي، ٢٠٠٤) أن اختيار الباحث للعينة من الخطوات والمراحل المهمة للبحث، وان يفكر بها منذ ان يبدأ في تحديد مشكلة البحث واهدافه. (العبيدي، ٢٠٠٤: ٧٧) وبناءً على ذلك تكونت عينة البحث من (٢١٠) طالباً وطالبة شكلوا نسبة (٣٩%) من مجتمع البحث الاصلي للطلبة بواقع (٧٠) طالباً شكلوا نسبة (٣٣,٣٣%) من عينة البحث و(١٤٠) طالبة شكلوا نسبة (٦٦,٦٦%) من عينة البحث، والجدول (٣) يوضح ذلك.

جدول (٣) يمثل عينة البحث موزعة على اقسام الكلية

ت	القسم	المرحلة	عينة الدراسة		المجموع
			الذكور	الاناث	
١	اللغة الانكليزية	الاولى	١٠	٢٠	٣٠
٢	اللغة العربية	الاولى	١٠	٢٠	٣٠
٣	التاريخ	الاولى	١٠	٢٠	٣٠
٤	الجغرافية	الاولى	١٠	٢٠	٣٠
٥	العلوم التربوية والنفسية	الاولى	١٠	٢٠	٣٠
٦	علم القرآن	الاولى	١٠	٢٠	٣٠
٧	اللغة الكردية	الاولى	١٠	٢٠	٣٠
	المجموع		٧٠	١٤٠	٢١٠

ثالثاً/ اداة البحث:

أ- الاستبانة الاستطلاعية: استعمل الباحث الاستبانة كأداة لجمع المعلومات والتعرف على اساليب الحفظ والاستذكار لدى طلبة كلية التربية/ابن رشد للعلوم الانسانية بتوجيه السؤال الاتي: ما هي اساليب الحفظ والاستذكار لدى طلبة كلية التربية/ابن رشد للعلوم الانسانية في مادة علم النفس العام والتربوي.

ب- الاستبانة بصورتها الأولية: تكونت الاستبانة بصورتها الاولى من (٢٢) فقرة جمعها الباحث بعد تفريغ اجابات طلبة المرحلة الاولى في مادة علم النفس العام والتربوي (ملحق ١).

ج- الاستبانة بصورتها النهائية: بعد ان تم عرض الاستبانة على مجموعة من الخبراء حصلت الموافقة على اغلب الاساليب ، وبعد اجراء بعض التعديلات اصبحت الاستبانة جاهزة لتوزيعها على طلبة المرحلة الاولى ، وقد اعتمد الباحث على الفقرة التي تحصل على (٦٤%) من الدرجات فما فوق لتكون صالحة، وبذلك اصبحت الاستبانة بصورتها النهائية متكونة من (٢٠) أسلوباً، وهي بمنزلة الصدق الظاهري للأداة (ملحق ٢).

رابعاً/ ثبات الاداة:

قام الباحث باستخراج ثبات الاداة باستعماله طريقة الاختبار وإعادة الاختبار على عينة مكونة من (٣٠) طالباً وطالبة تم اختيارهم من خارج عينة البحث وكانت المدة الزمنية بين التطبيقية الاول والثاني (٦ ايام) اذ استعمل الباحث معامل ارتباط (بيرسون) لاستخراج الثبات، وقد وجد الباحث ان معامل الثبات لأداة هو (٨٨%) وهو معامل ثبات جيد.

خامساً/ الوسائل الاحصائية:

استعمل الباحث النسبة المئوية والاوراط المرجحة ومعامل ارتباط بيرسون والوزن المئوية.

- اذ استعمل معامل ارتباط بيرسون للحصول على معامل ثبات الاداة.

$$r = \frac{n \text{ مج س ص} - (\text{مج س}) \times (\text{مج ص})}{n \text{ مج س}^2 - (\text{مج س})^2}$$

- استعمل الباحث النسبة المئوية لحساب مدى اتفاق الخبراء.

- الوزن المئوي: وذلك للاستفادة منه في تفسير النتائج او لتوضيح كل فقرة من فقرات الاستبانة ومعرفة درجتها وترتيبها بالنسبة للفقرات الاخرى.

$$\text{الوزن المئوي} = \frac{\text{الوسط المرجح}}{\text{الدرجة القصوى}} \times 100$$

(عطية، ٢٠٠١)

الوسط المرجح: لتحديد مدى تحقق الموافقة لكل فقرة من فقرات الاستبانة من وجهة نظر افراد العينة، وعلى وفق القانون الاتي.

$$H = \frac{1 \times 1 + 2 \times 2 + 3 \times 3 + 4 \times 4}{N}$$

(البياتي واثنياثيوس، ١٩٧٧)

الفصل الرابع/ عرض النتائج ومناقشتها وتفسيرها:

يتم في هذا الفصل عرض لاهم النتائج التي يتم التوصل اليها وفقاً لهدف البحث الحالي، وكما يأتي:

تحقيقاً لهدف البحث الحالي والذي ينص على (التعرف على اساليب الحفظ والاستذكار لدى طلبة المرحلة الاولى كلية التربية/ابن رشد للعلوم الانسانية في مادة علم النفس العام والتربوي، قام الباحث بالإجراءات الآتية:

- ٤- لمي تترجم خيارات الطلبة الى ارقام فقد اعطي كل بديل نقاط تتدرج من (٤-١) على التوالي، وبذلك يكون مجموع درجات المدرج الرباعي (١٠) درجة مما يجعل عينة القطع هي الدرجة (٢,٥) وهي تمثل المستوى تنطبق علي بدرجة كبيرة واحتساب كل فقرة حصلت على وسط مرجح (٢,٥) من جانب الفقرات المتحققة، وما دون ذلك في جانب الفقرات غير المتحققة.
- ٥- رتب الباحث الاساليب ترتيباً تنازلياً بحسب الوسط المرجح والوزن المئوي، والجدول (٤) يوضح ذلك، ملحق (٣).

- ٦- عرض الباحث النتائج لتفسيرها ومناقشتها لكل اسلوب من اساليب الحفظ والاستذكار.

الجدول (٤) الوسط المرجح والوزن المئوي مرتبة تنازلياً لكل اسلوب من اساليب الحفظ والاستذكار عند طلبة المرحلة الاولى في مادة علم النفس العام والتربوي

ت	الاساليب مرتبة تنازلياً	الوسط المرجح	الوزن المئوي	الرتبة
١	اثابر على قراءة المواد الصعبة حتى يتم فهمها	٣,٥٢	٨٨%	الاولى
٢	تحديد الافكار الرئيسية عندما اصغي للمحاضرة كي احفظها	٣,٢٦	٨١,٥٤%	الثانية
٣	اضع خطوط ملونة تحت المعلومات والافكار المهمة	٣,١٦	٧٩,١٦%	الثالثة
٤	اقوم بشرح ما قرأته او التخيل انني اشرحه	٣,٠٩	٧٧,٢٦%	الرابعة
٥	اخصص اوقات للراحة وفقاً لصعوبة المادة	٣,٠٧	٧٦,٧٨%	الخامسة
٦	استخدم القلم في اثناء الحفظ من اجل استذكار المادة	٢,٨٠	٧٠,١١%	السادسة
٧	اقسم المادة الى اجزاء لتسهيل حفظها واستذكارها	٢,٧٠	٦٨%	السابعة
٨	احرص على الحفظ والاستذكار في جو هادئ	٢,٦٢	٦٦%	الثامنة
٩	احدد النقاط المهمة والصعبة في المادة المقروءة	٢,٦٠	٦٤%	التاسعة
١٠	احرص على عدم اضاءة اوقت والبدء الفوري بالحفظ	٢,٥٤	٦٣%	العاشرة
١١	اقوم بالمراجعة والتسميع الذاتي في اثناء الحفظ والاستذكار	٢,٥٣	٦٢%	الحادي عشر
١٢	احافظ على الوقت المخصص للحفظ والاستذكار	٢,٤٤	٦١%	الثاني عشر
١٣	اتمشي في اثناء الحفظ والاستذكار	٢,٣٧	٥٩%	الثالث عشر
١٤	استعمل البطاقات لتدوين المعلومات المهمة	٢,٣٧	٥٩%	الرابع عشر

١٥	اضع تصميماً مناسباً ليسهل علي حفظ واستذكار المادة المقروءة	٢,٣٣	٥٨%	الخامس عشر
١٦	اغلق الموبايل (الجوال) اثناء عملية الحفظ والاستذكار	٢,٣٢	٥٨%	السادس عشر
١٧	التسميع الشفوي هو طريقتي الاساسية في الحفظ والاستذكار	٢,٢٨	٥٧%	السابع عشر
١٨	اجد المتعة في حفظ ما اقراه واسترجاعه بالترتيب نفسه	٢,٢٣	٥٦%	الثامن عشر
١٩	استعين بعنوانات الفصول كي تساعدني في الحفظ والاستذكار	٢,٢٦	٥٥%	التاسع عشر
٢٠	اعمل ملفاً خاصاً لكل مادة دراسية لتسهيل عملية الحفظ والاستذكار	٢,٠٢	٥١%	العشرون

يتضح من الجدول (٤) أن الاوساط المرجحة والاوزان المئوية لأساليب الحفظ والاستذكار تراوحت بين (٣,٥٢) كحد اعلى و (٢,٠٢) كحد ادنى وتراوحت اوزانها المئوية بين (٨٨%) كحد اعلى و (٥١%) كحد ادنى وهي وجهة نظر طلبة المرحلة الاولى في كليات التربية/ابن رشد للعلوم الانسانية في مادة علم النفس العام والتربوي.

تفسير النتائج:

حرص الباحث على تفسير نتائج عينة على النحو الاتي:

- ١- تفسير الفقرات الخمسة الاولى التي حصلت على اعلى وسط مرجح ووزن مئوي.
- ٢- تفسير الفقرات الخمسة الاخيرة التي حصلت على اقل وسط مرجح.
- ١- حصلت الفقرة التي نصها (اثابر على قراءة المواد الصعبة حتى يتم فهمها) على وسط مرجح قدره (٣,٥٢) ووزن مئوي (٨٨%) وهو اعلى وسط مرجح في ترتيب الاوساط المرجحة التي حصلت عليها الفقرات وهذا يعني بالنسبة للطلبة ان المثابرة والتصميم والارادة تعد احد السبل الكفيلة في تحقيق التفوق والنجاح في مراحل الدراسة عامة والمرحلة الجامعية خاصة ويؤكد ذلك (اليمني، ٢٠٠٩) ان الدراسة ليست مجرد عملية الجلوس الى كتاب مقرر استعداداً للامتحان وانما هو مجهود شامل يؤدي للتعليم والمثابرة. (اليمني، ٢٠٠٩: ٦٧)
- ٢- وحصلت الفقرة التي نصها (تحديد الافكار الرئيسة عندما اصغي للمحاضرة كي احفظها) على المرتبة الثانية بوسط مرجح (٣,٢٦) ووزن مئوي (٨١,٥٤%) ويؤكد ذلك المختصين في علم النفس التربوي، انه يمكن للمتعلم تثبيت المعلومات في عقله باتباع اساليب بسيطة من اهمها (تخطيط وابرار) الافكار المهمة في الكتاب.
- ٣- وحازت الفقرة التي نصها (امنع خطوط ملونة تحت المعلومات والافكار المهمة) على المرتبة الثالثة بوسط مرجح (٣,١٦) ووزن مئوي (٧٩%) وهذا الاسلوب متبع من قبل جميع الطلبة وعلى مختلف المراحل الدراسية، اذن يلجأ الطلبة الى ابراز الافكار المهمة يوضع خط او مجموعة خطوط ملونة تحتها او احاطتها بدائرة.
- ٤- وحازت الفقرة التي نصها (اقوم بشرح ما اقراه او التخيل وانني اشرحه) على المرتبة الرابعة بوسط مرجح (٣,٠٩) ووزن مئوي (٧٧,٢٦%). وهذه العملية اشبه بالتغذية الراجعة اذ يلجأ

الطلبة في بعض الاوقات الى شرح المادة بعد وضع الكتاب جانباً للتعرف على مدى استيعابهم للمادة المقروة.

٥- وحازت الفقرة التي نصها (اخصص اوقات للراحة وفقاً لصعوبة المادة) على المرتبة الخامسة بوسط مرجح (٣,٠٧) ووزن مثوي (٧٦,٧٨%) ويؤكد ذلك علماء النفس التربوي ضرورة تحديد فترات راحة للطلاب لان ذلك يحول دون الشعور بالإحباط او الاجهاد والذي قد يسببه التركيز لمدة طويلة، ويمكن للطلاب استغلال اوقات الراحة هذه في امور كثيرة كأداء بعض الاعمال المنزلية او ممارسة الرياضة. (الشمسي، ٢٠١٣، ٥٣)

المصادر :

- ١- البياتي، عبد الجبار وزكريا اثنيوس، ١٩٨٠، الاحصاء الوصفي والاستدلالي في التربية وعلم النفس، ط١.
- ٢- البهادلي، مهدي، ١٩٩٩/ قياس الاتزان الانفعالي لمدارس المرحلة المتوسطة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة البصرة.
- ٣- ابو علام، رجاء، ٢٠٠٣، التعلم اسمه وتطبيقاته، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.
- ٤- ابو عليا، محمد، ٢٠٠١، درجة وعي طلبة الجامعة الاردنية بالمعرفة ما وراء المعرفة والمتعلقة بمهارات الاعداد للامتحانات، جامعة اليرموك، عمان.
- ٥- خزام، نجيب النوس، ١٩٩٤، استراتيجيات التعلم والاستذكار لدى الطلبة الجامعيين، الجامعة الاردنية، مجلة الدراسات، المجلد (٢)، العدد (٥).
- ٦- الزغول، عماد عبد الرحيم، ٢٠٠١، مبادئ علم النفس التربوي، دار الكتاب الجامعي، عمان، الاردن.
- ٧- القجمي، مها محمد، ٢٠٠٣، علاقة عادات الاستذكار والاتجاهات نحو الدراسة بالتحصيل الدراسي في المواد التربوية لدى طالبات كلية التربية بالاحساء، رسالة ماجستير،
- ٨- عطية، محسن علي، ٢٠٠٩، الجودة الشاملة والجديد في التدريس، ط١، دار صفا للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.
- ٩- العفنان، علي عبد الحلة، ٢٠٠٦، العادات الدراسية وعلاقتها بالتحصيل لدى طلاب المرحلة الثانوية في مدينة الرياض، رسالة التربية وعلم النفس، العدد السابع والعشرون.
- ١٠- القصابي، هلال بن حمير بن احمد، ٢٠١٠، فاعلية برنامج ارشاد جمعي تحسين عادات الاستذكار لدى طلاب ضعاف الفهم.
- ١١- لطيف، استيرق محمد علي، ٢٠٠٣، المعرفة ما وراء الادراكية لدى طلبة الجامعة، كلية التربية ابن رشد، جامعة بغداد، رسالة ماجستير غير منشورة.
- ١٢- اليماني، عبد الكريم علي سعيد، ٢٠٠٤، التعليم الاستراتيجي، ط١، دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.

- ١٣- الهاشمي، عبد الرحمن وطه علي حسين الدليمي، ٢٠٠٨، استراتيجيات حديثة في فن التدريس، ط١، دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.
- ١٤- الهنداوي، شذى جواد، ٢٠٠٣، اثر استراتيجيات ما وراء المعرفة في التنظيم الذاتي للتعلم بحسب الذكاء والجنس عند طلبة كلية التربية/ابن رشد.
- ١٥- الشمسي، عبد الامير عبود، ٢٠١٣، علم النفس العام والتربوي، ط١، جامعة بغداد-كلية التربية ابن رشد، بغداد.