

جامعة قاصدي مرباح ورقلة
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علم النفس وعلوم التربية



الميدان: علوم اجتماعية
الشعبة: علم النفس
التخصص: علم النفس العيادي
من إعداد الطالبة:
زهية الطاهري

مذكرة مقدمة لاستكمال متطلبات شهادة ماستر أكاديمي

بعنوان:

ما وراء الذاكرة وعلاقتها بالتعب العصبي لدى التلاميذ الموهوبين في مادة اللغة العربية مرحلة التعليم المتوسط دراسة ميدانية بولاية ورقلة

نوقشت و أجزت علينا بتاريخ : 24 / 05 / 2016.

أمام اللجنة المتكونة من السادة :

الأستاذ /الأخضر عواريب (جامعة قاصدي مرباح . ورقلة) رئيسا.

الأستاذ /عقيل بن ساسي (جامعة قاصدي مرباح . ورقلة) مشرفا و مقورا.

الأستاذة نورة بوعيشة (جامعة قاصدي مرباح . ورقلة) مناقشا

الموسم الجامعي 2015/2016

جامعة قاصدي مبراح ورقلة
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علم النفس وعلوم التربية



الميدان: علوم اجتماعية
الشعبة: علم النفس
التخصص: علم النفس العيادي

من إعداد الطالبة:

زهية الطاهري

مذكرة مقدمة لاستكمال متطلبات شهادة ماستر أكاديمي

بعنوان:

ما وراء الذاكرة وعلاقتها بالتعب العصبي لدى التلاميذ الموهوبين في مادة اللغة العربية مرحلة التعليم المتوسط دراسة ميدانية بولاية ورقلة

نوقشت و أجزت علينا بتاريخ : 24 / 05 / 2016.

أمام اللجنة المتكونة من السادة :

الأستاذ /الأخضر عواريب (جامعة قاصدي مبراح . ورقلة) رئيسا.

الأستاذ /عقيل بن ساسي (جامعة قاصدي مبراح . ورقلة) مشرفا و مقررا.

الأستاذة نورة بوعيشة (جامعة قاصدي مبراح . ورقلة) مناقشا.

الموسم الجامعي 2016/2015

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

"وقل اعملوا فسيرى الله عملكم ورسوله والمؤمنون
وستردون إلى عالم الغيب والشهادة فينبأكم بما كنتم
تعملون"

الآية 104 من سورة "التوبة"

شكر و عرفان

"ربي أوزعني أن أشكر نعمتك التي أنعمت علي وعلى والدي وأن أعمل صالحا ترضاه

وأدخلني برحمتك في عبادك الصالحين (النمل، الآية 19)"

الشكر أولا و قبل كل شيء لله سبحانه و تعالى الذي وفقني و أعانني على اتمام هذا العمل

و أنعم علينا بنعمة العقل و نقول " اللهم لك الحمد حتى ترضى ولك

الحمد إذا رضيت و لك الحمد بعد الرضا"

كما أبدأ شكري بمن مدى لي يد العون و سار بي إلى الأمام بإرشاداته و نصائحه القيمة الأستاذ المشرف الدكتور *عقيل بن ساسي* الذي أخصه بجزيل الشكر و أسمى عبارات الامتنان و التقدير على كل ما قدمه لي من اعانة و توجيه من أجل اتمام هذا العمل ، فقد كان خير الأستاذ المشرف فجزاه الله عني ألف جزاء .

كما اتقدم بشكري إلى مدراء المؤسسات التعليمية و المسؤولين و الأساتذة بورقلة و تقرت الذين قدموا لي يد العون و التسهيلات في انجاز الجانب الميداني ، و أتقدم بشكري إلى عينة البحث التي كانت معي في تجاوب مستمر

و أتقدم بخالص شكري لأساتذتي الكرام و خاصة أساتذة علم النفس العيادي

و الشكر الفائق لأساتذة قاصدي مرباح و ورقلة كذلك الشكر و الامتنان لطاقم المكتبة

و نشكر دفعة السنة الثانية ماستر عيادي، و اشكر أفراد عائلتي و إلى كل من ساعدني من قريب أو بعيد

قال الله تعالى: { و العصر إن الإنسان لفي خسر إلا للذين آمنوا و عملوا الصالحات و تواصلوا بالحق و تواصلوا بالصبر } .

ملخص الدراسة:

تناولت الدراسة الحالية موضوع ما وراء الذاكرة وعلاقتها بالتعب العصبي لدى التلاميذ الموهوبين في مادة اللغة العربية بمرحلة التعليم المتوسط، وذلك من خلال الاجابة على التساؤلات التالية :

- هل توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين ما وراء الذاكرة والتعب العصبي لدى التلاميذ الموهوبين في مادة اللغة العربية ؟

- هل تختلف طبيعة العلاقة بين ما وراء الذاكرة والتعب العصبي لدى التلاميذ الموهوبين في مادة اللغة العربية باختلاف الجنس (ذكور/ اناث)؟

- هل تختلف طبيعة العلاقة بين ما وراء الذاكرة والتعب العصبي لدى التلاميذ الموهوبين في مادة اللغة العربية باختلاف المستوى التعليمي(1، 2، 3، 4)؟

تم اشتقاق 3 فرضيات وجاءت كلها صفرية ولتحقق من فرضيات البحث طبقت الدراسة على عينة قوامها 60 تلميذا موهوبا في مادة اللغة العربية من 4 متوسطات اختيرت عشوائيا موزعين على السنوات الدراسية الأربعة، وتمثلت أدوات القياس في تعيينات أساتذة اللغة العربية، اختبار raven للذكاء، مقياس ما وراء الذاكرة ل (بن ساسي، 2014)، ومقياس التعب العصبي ل (بن يعقوب، 2015)، وتم استخدام معامل الارتباط بيرسون ومعادلة دلالة الفروق ما بين معاملات الارتباط لتحليل البيانات وذلك باستعمال برنامج SPSS20 و EXCEL7.

وأظهرت النتائج: أنه لا توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين ما وراء الذاكرة والتعب العصبي لدى التلاميذ الموهوبين في مادة اللغة العربية .

لا تختلف طبيعة العلاقة بين ما وراء الذاكرة والتعب العصبي باختلاف الجنس (ذكور/ اناث).

لا تختلف طبيعة العلاقة بين ما وراء الذاكرة والتعب العصبي باختلاف المستوى التعليمي(1، 2، 3، 4).

الكلمات المفتاحية: ما وراء الذاكرة، التعب العصبي.

Résumé

Cette étude concernée le thème de Meta mémoire et son relation avec le fatigue nerveuse chez les élèves talentueuses dans le module de langue arabe par réponse sur les questions suivant : Ace que elle existe une relation à un sens statistique entre Meta mémoire et la fatiguée nerveuse chez les élèves talentueuse dans la langue arabe

Ace que la nature de la relation entre Meta mémoire et le fatiguée nerveuse chez les élèves talentueuses dans la langue arabe, dépend le sexe ou bien selon le sexe (femme /homme)

A ce que elle existe un différenciation de la nature de relation entre a Meta mémoire et la fatiguée nerveuse chez les élèves talentueuse dans le module de langue arabe dépend la différenciation de niveau 1, 2,3,4.

Il ya 03hypothèse et elles sont égalet a zéro , et pour confirmée les hypothèses de la recherche on réalisée un recherche sur un échantillon contient 60 élèves talentueuse dans la langue arabe à04 écoles , choisie au hasard repartie sur les quatre niveaux , les outils du mesure présentent dans les remarques des enseignants de langue arabe , examen de Raven de l'intelligence, un mesureur de(Bensaci, 2014), de(Ben yagoub, 2015) , et aussi l'utilisation de coefficient de liaison Person et l'équation de coefficient de différence entre les coefficients de liaison pour analysé les résultats on utilise le programme Spss 20, EXEL7

Les résultats montre que il ya un relation entre les deux (au Meta mémoire et le fatiguée nerveuse) a un sens statistique.

La nature de la relation entre a Meta mémoire et le fatiguée nerveuse dépend la différenciation de sexe

La nature de relation entre a Meta mémoire et la fatiguée nerveuse a la différenciation de niveau (1, 2, 3,4)

Mots clé : Meta mémoire, fatigué nerveuse

فهرس المحتويات	
أ	كلمة شكر و عرفان .
ب	ملخص الدراسة باللغة العربية.
ج	ملخص الدراسة باللغة الأجنبية.
د	فهرس المحتويات.
ز	فهرس الجداول.
ل	مقدمة
الباب الأول: (الجانب النظري)	
الفصل الأول: تقديم الدراسة.	
3	1-مشكلة الدراسة
8	2-تساؤلات الدراسة
8	3-فرضيات الدراسة
8	4- أهداف الدراسة
9	5-أهمية الدراسة
9	6- حدود الدراسة
10	7- التعريف الاجرائي لمتغيرات الدراسة
الفصل الثاني: ما وراء الذاكرة	
12	*-تمهيد
12	1-تاريخ ما وراء الذاكرة.
14	2-مفهوم ما وراء الذاكرة.
15	3- مكونات ما وراء الذاكرة.
16	4- النماذج المفسرة لما وراء الذاكرة .
20	5- نظريات ما وراء الذاكرة
21	6- قياس ما وراء الذاكرة.
26	● خلاصة الفصل.
الفصل الثالث: التعب العصبي.	
28	● تمهيد.
28	1-تعريف التعب العصبي.
30	2- أعراض التعب العصبي.

30	3- أسباب التعب العصبي.
31	4- معايير التشخيص
31	5- العلاج.
33	• خلاصة الفصل.
الباب الثاني (الجانِب المِيداني)	
الفصل الرابع : الإجراءات الميدانية للدراسة.	
36	• تمهيد
36	1- منهج الدراسة .
36	2- عينة الدراسة.
37	3- أدوات جمع البيانات.
37	4- الخصائص السيكومترية للأدوات.
45	5- إجراءات تطبيق الدراسة.
46	6- أساليب المعالجة الاحصائية.
47	خلاصة الفصل
الفصل الخامس : عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة	
49	*-تمهيد
49	1- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الأولى.
50	2- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية.
51	3- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة.
54	خلاصة ومقترحات الدراسة.
56	قائمة المراجع.
60	الملاحق. - ملحق رقم (01) بطاقة من اختبار رافن . - ملحق رقم (02) مقياس ما وراء الذاكرة. - ملحق رقم (03) مقياس التعب العصبي.

قائمة الجداول

الصفحة	العنوان	الرقم
36	جدول رقم (01) يبين مجتمع الدراسة	01
37	جدول رقم (02) يبين الدائرة والبلدية، عدد المتوسطات والأقسام وعدد التلاميذ في دائرتي ورقلة والمقارين.	02
39	جدول رقم (03) يبين أبعاد مقياس ما وراء الذاكرة في صورتها النهائية وعدد بنود كل بعد.	03
40	جدول رقم (04) يبين رقم العبارة ومعامل الارتباط بينها وبين المقياس وبينها وبين بعدها	04
40	جدول رقم (05) يبين معامل الارتباط بين البعد والمقياس.	05
41	جدول رقم (06) يبين معامل الفا كرونباخ لكل بعد.	06
42	جدول رقم (07) يبين أبعاد مقياس التعب العصبي في صورتها النهائية وعدد بنود كل بعد	07
42	جدول رقم (08) يبين أبعاد مقياس التعب العصبي في الدراسة الحالية .	08
44	جدول رقم (09) يبين رقم العبارة ومعامل الارتباط بينها وبين المقياس وبينها وبين بعدها .	09
45	جدول رقم (10) يبين معامل الارتباط بين البعد و المقياس.	10
45	جدول رقم (11) يبين معامل الفا لكل بعد.	11
49	جدول رقم (12) يبين نتائج معامل الارتباط بيرسون	12
50	جدول رقم (13) يبين نتائج معادلة دلالة الفروق ما بين معاملات الارتباط باختلاف الجنس ومستوى دلالاته.	13
52	جدول رقم (14) يبين نتائج معادلة دلالة الفروق ما بين معاملات الارتباط باختلاف المستوى الدراسي ومستوى دلالاته.	14

مقدمة

مقدمة:

يعد التفكير ما وراء المعرفي من أكثر موضوعات علم النفس المعرفي حداثة مع أنه ليس بفكرة جديدة، فقد وصف جيمس و ديوي العمليات ما وراء المعرفية بأنها تحتوي على التأمل الذاتي الشعوري خلال عملية التفكير والتعلم.

ويرجع الفضل في تطوير مفهوم ما وراء الذاكرة إلى الباحث المعرفي فلافل حيث ركزت دراساته الأولى في هذا المجال على تحسين قدرة الأطفال على التذكر وذلك من خلال العمل على مساعدتهم على التفكير في المهمات التي يواجهونها ومن ثم توظيف الاستراتيجيات التي من شأنها تطوير عمليات التذكر لديهم (أبو جادو، 2007).

واستنادا لعدة دراسات على الموهوبين وجد أنهم أكثر الشرائح استخداما للتجهيز القائم على المعالجة الأعمق للمعلومات وأكثر امتلاكاً لمهارات التفكير فوق المعرفي ويستخدمون مهارات معرفية عليا، إلا أن هناك اضطرابات يمكن أن تعيق عملها الجيد ونعتقد أن التعب العصبي أحد معوقات ما وراء الذاكرة خاصة أنه لم يعد مقتصرًا على فئة معينة من الناس بل أصبح يعاني منه الكثير من فئات المجتمع، ونظرا لكون الموهوبين أكثر جدية وعملا وأكثر امتلاكاً لمهارات التفكير فوق المعرفي نعتقد أنهم أكثر عرضة للإصابة بالتعب العصبي وهو من بين المواضيع الذي أثار الفضول العلمي للطالبة من خلال دراسة علاقته بما وراء الذاكرة وبالتحديد لدى فئة الموهوبين، ولقد حاولت الطالبة في هذه الدراسة الاحاطة بمتغيرات الموضوع وعليه فقد وقعت الدراسة في جانبين الجانب النظري الذي احتوى 3 فصول على التوالي : الفصل الأول يتضمن التعريف بمشكلة الدراسة، تساؤلاتها وفرضياتها، اهدافها وأهميتها، حدودها، والتعريف الاجرائي لمتغيراتها ويتضمن الفصل الثاني موضوع ما وراء الذاكرة من حيث نشأتها ومفاهيمها والنماذج المفسرة لها نظرياتها وقياسها، واحتوى الفصل الثالث موضوع التعب العصبي من حيث مفهومه، أعراضه، أسبابه، معايير تشخيصه، وأخيرا علاجه، أما الجانب الميداني احتوى فصلين الرابع والخامس اللذين هما على التوالي، فصل الاجراءات الميدانية للدراسة احتوى منهج الدراسة، عينة الدراسة، أدوات الدراسة، الخصائص السيكومترية للأدوات، اجراءات الدراسة، المعالجة الاحصائية، وفصل احتوى عرض ومناقشة نتائج الدراسة، واختتمت الطالبة الدراسة بخاتمة يليها مجموعة من الاقتراحات، ثم قائمة المراجع والملاحق.

المبادئ الأولى

الجانب النظري

الفصل الأول:

- تقديم الدراسة -

- 1- مشكلة الدراسة.
- 2- تساؤلات الدراسة .
- 3- فرضيات الدراسة .
- 4- أهداف الدراسة .
- 5- أهمية الدراسة.
- 6- حدود الدراسة.
- 7- التعاريف الإجرائية.

1- مشكلة الدراسة :

يعد مفهوم ما وراء الذاكرة من أكثر المفاهيم التي أثارت اهتمام الباحثين في مجال علم النفس المعرفي بصفة عامة والعمليات المعرفية بصفة خاصة، فقد ظهر اهتمام بدراسة ما وراء العمليات المعرفية من انتباه وإدراك وتفكير ووعي وفهم وذلك في نطاق العملية الأساسية وهي ما وراء المعرفة، وقد ظهر مفهوم ما وراء الذاكرة لأول مرة في دراسات الذاكرة الانسانية في بداية السبعينيات على يد Flavell من خلال بحوثه التجريبية في مجال الذاكرة، حيث أضاف بعدا جديدا في مجال علم النفس المعرفي وفتح افقا واسعة للدراسات التجريبية والمناقشات النظرية في موضوع الذكاء والتفكير والذاكرة والاستيعاب ومهارات التعلم، وقد استخدم Flavell مصطلح ما وراء الذاكرة ليشير إلى أي جانب من العلاقة بين الوعي والذاكرة فهو يرى أن ما وراء الذاكرة هي المعرفة حول عمليات الذاكرة ومحتوياتها (الشرقاوي، 2003).

وتعتبر ما وراء الذاكرة من الاستراتيجيات المعرفية الفعالة التي تعمل على تحسين أداء الذاكرة ورفع كفاءتها حيث تنمي عند التلاميذ فهما ووعيا أفضل عن كيفية عمل الذاكرة والوعي باستراتيجيات التذكر المناسبة والوعي بأنظمة الذاكرة المختلفة وذلك يساعد على انجاز جميع المهام المعرفية بطريقة فعالة وذات كفاءة (الزغلول، 2003) .

وقد أكدت العديد من الدراسات على أن ما وراء الذاكرة تلعب دورا مؤثرا في معالجة المعلومات وتحسين أداء الذاكرة بطرق مختلفة اعتمادا على الجانب المتضمن في هذه العملية من جوانب مكونات ما وراء الذاكرة كما تؤثر بالتالي في تعلم الطلاب وانجازهم الأكاديمي (لكاشة، 2013).

كما أكد Hamachik, 1990 على أن ما وراء الذاكرة يعد متطلبا هاما من المتطلبات الجوهرية للتعلم فبدونها تنشأ مجموعة من الاضطرابات تمتد من مشكلات التعلم المتوسطة وحتى العجز عن التعلم كما أنها توفر تغذية راجعة ضرورية للمهتم بمراقبة تعلمه سعيا وراء تحقيق الاهداف المرغوبة والتوصل إلى أفضل انجاز اكااديمي ممكن، وينظر إلى ما وراء الذاكرة على أنها تركيب مشتق من مفهوم ما وراء المعرفة وتعني المعرفة والاعتقادات التي يحملها الفرد حول ذاكرته ونظامها ونشاطها والوعي بها وفي كيفية تقديمها (نجاتي، 2002).

ومفهوم ما وراء الذاكرة كجزء من ما وراء المعرفة يتضمن مكونين اساسيين هما المعرفة والضبط وبناءا على ذلك ما وراء الذاكرة هي اعتقادات الفرد المتعلقة بالفعالية الذاتية للذاكرة ومعرفته بقدرات التذكر لديه ولدى

الآخرين وكيفية مقارنة نفسه بهم ومعرفته بالذاكرة واستراتيجياتها ومراقبة وتنظيم العمليات المعرفية من أجل تذكر المعلومات (بقيعي، 2003).

وقد وجدت أن فئة الموهوبين أكثر استخداما للاستراتيجيات المرتبطة بالذاكرة وأكثر استعدادا لحل المشكلة وامتلاكاً لقدرات التفكير فوق المعرفي، حيث أجرى كل من دوفر وبروس دراسة كان هدفها المقارنة بين مجموعة من الطلبة الموهوبين وأخرى من الطلبة ذوي المستوى الأكاديمي المتوسط في مدى استخدامهم لمهارات التفكير فوق المعرفي عند ادائهم للمهمة، وقد تألفت عينة الدراسة من 19 طالبا موهوبا من طلبة الصف الثامن و 23 طالبا من ذوي المستوى الأكاديمي المتوسط وقد طبق الباحثان اختبار للرياضيات لفحص أداء الطلبة للمهمات وتسجيل تصوراتهم ومدى استخدامهم لمهارات التفكير فوق المعرفي، قد توصلت الدراسة إلى أن الذين يفتقدون للمرونة في التخطيط والمراقبة لديهم درجة أقل في الأداء لتلك المهارات وذلك مقارنة بالطلاب الأكثر مرونة (السباتين، 2006).

وفي ظل التطور التكنولوجي السريع والتقدم العلمي الذي يعتمد بصورة أساسية على القدرة العقلية والمعرفية للأفراد، حيث أصبحت عملية تنمية مهارات التفكير تحتل مكانة بارزة في أذهان المربين والخبراء لقناعتهم بأهميتها إلا أنها تتميز بمجموعة معوقات ونعقد أن التعب العصبي أحد معوقات ما وراء الذاكرة، والتعب العصبي لم يعد مقتصرًا على فئة معينة من الناس بل أصبح يعاني منه الكثير من فئات المجتمع، ونظرا لكون الموهوبين أكثر الشرائح جدية وعملا بالاستراتيجيات المرتبطة بالذاكرة فإنهم بطبيعة الحال أكثر عرضة للإصابة بالتعب العصبي، وهو مجموعة من الأعراض النفسية الجسمية الناجمة عن استنفاد الطاقة في الخلايا العصبية، ويرجع الحاج (1987) التعب العصبي إلى استنفاد الطاقة العصبية بسبب العوامل التي تتصل مباشرة مع الجسد كالعامل الشاق المرهق والأعمال المجهدة وقلة التعويض المنتظر عن طريق النوم والراحة .

حظي متغيري ما وراء الذاكرة والتعب العصبي باهتمام العديد من الباحثين والتي سنتكفي الطالبة بعرض مجموعة الدراسات التي تحصلت عليها التي تخدم هذه الدراسة، ومن بين الدراسات التي تناولت ما وراء الذاكرة:

دراسة (زكري، 2008) : هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين ما وراء الذاكرة واستراتيجيات التذكر ووجهة الضبط بين الطالبات المتفوقات دراسيا والعاديات بالنسبة للتخصص العلمي والأدبي والمستوى الدراسي الثاني والثالث والرابع وكان عدد المتفوقات 150 طالبة والعاديات 200 طالبة وتمثلت أدوات القياس في

استبانة ما وراء الذاكرة تعريب سيد(2000)، وقائمة استراتيجيات التذكر تعريب الشريف(1999)، مقياس وجهة الضبط تعريب محسوب و كامل(2005) وأظهرت نتائج الدراسة إلى وجود فروق بين المتفوقات دراسيا والعاديات في درجات ما وراء الذاكرة لصالح المتفوقات، وكذا وجود فروق بين المتفوقات والعاديات في درجات استراتيجيات التذكر لصالح المتفوقات كما اشارت النتائج لوجود فروق بين المتفوقات والعاديات في وجهة الضبط لصالح المتفوقات .

دراسة (سكر، 2006): التي سعت إلى التعرف على مستوى ما وراء الذاكرة وكذلك وجهة الضبط والعلاقة بينهما لدى طلبة الجامعة وللتحقق من ذلك تم استخدام مقياس ما وراء الذاكرة المعد من قبل بروير وبريتش وكذا اختبار وجهة الضبط المعد من قبل ناوسكي وتم تطبيق الأداتين على عينة بلغت 200 طالب وطالبة تم اختارهم بطريقة طبقية عشوائية، وأظهرت نتائج البحث أن أفراد عينة البحث لديهم وعي بكيفية عمل ذاكرتهم أما وجهة الضبط فقد ظهر أن العينة لديها ضبط داخلي وأظهرت النتائج كذلك وجود علاقة ارتباطيه دالة بين ما وراء الذاكرة ووجهة الضبط الداخلي .

دراسة (السباتين، 2006) : استقصى الباحث الفروق في مستوى مهارات التفكير فوق المعرفي بين الطلاب الموهوبين وأقرانهم العاديين بالمرحلة المتوسطة بمدارس مكة المكرمة، وقد تكونت عينة الدراسة من 140 طلبة المرحلة المتوسطة مقسمين إلى 68 طالبا موهوبا أما عينة العاديين فقد اشتملت 72 طالبا من مدارس المرحلة المتوسطة اختيروا بطريقة عشوائية منهم 36 ذكرا و 36 أنثى، طبقت أداة الدراسة على شكل مقياس مهارات التفكير فوق المعرفي الثلاثة من اعداد الباحث بعد التحقق من دلالة الصدق والثبات على عينة الدراسة، وخلصت نتائج الدراسة إلى أن الطلبة الموهوبين يستخدمون مهارات التفكير فوق المعرفية في أشكالها الثلاثة (التخطيط، المراقبة، التقويم) عند قيامهم بحل المسألة الرياضية بدرجة أكبر من العاديين، كما أشارت النتائج إلى وجود فروق على مستوى الصف الدراسي في استخدام مهارات التفكير فوق المعرفي تزداد وبصورة ايجابية مع زيادة مستوى الصف الدراسي للطلبة، في حين أشارت النتائج إلى وجود فروق على مستوى الجنس في استخدام مهارة التقويم لصالح الذكور وأن البنات يتفوقن في استخدامهن لمهارة التخطيط بدرجة أكبر من الذكور.

دراسة كريتز وواينرت 1989 : هدفت هذه الدراسة إلى اختبار العلاقة بين العزوات السببية وما وراء الذاكرة وأداء الذاكرة لدى الأطفال الموهوبين ومتوسطي الذكاء، وتكونت العينة من 113 طفلا، حيث تم تقسيم العينة على أساس درجاتهم على اختبار القدرة المعرفية إلى مجموعتين مجموعة الموهوبين وعددها

33 طفلا من الصف الخامس و31 طفلا من الصف السابع وقد تم تقييم ما وراء الذاكرة العامة من خلال بطارية ما وراء الذاكرة العامة أما ما وراء الذاكرة الخاصة بالمهمة فقد تم قياسها من خلال مقابلة ما وراء الذاكرة التي تقيم معرفة الأطفال باستراتيجيات التنظيم، كما تم تقييم العزوات السببية من خلال اختبار العزو المعدل، وبعد تلقي المفحوصين مهمة الذاكرة (استدعاء، فرز) لمجموعة من الكلمات القابلة للتصنيف تم قياس استخدام استراتيجية التنظيم الفئوي على تلك المهمة بمقياس نسبة العنقدة المعدلة وقد توصلت الدراسة إلى أن الأطفال الموهوبين يملكون معرفة ما وراء الذاكرة أكبر من المتوسطين، كما أشارت اجراءات النمذجة السببية إلى أن ما وراء الذاكرة هي متنبئ أكثر دقة لسلوك التذكر وأداء الذاكرة من مقياس الذكاء التقليدي .

ومن الدراسات التي تناولت التعب العصبي:

دراسة (سلامة، 2010) : هدفت الدراسة إلى التعرف على الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بزلة التعب المزمن والأمل،

وقد تكونت عينة الدراسة من 160 من الطلبة في مرحلة المراهقة 76 من الذكور، 84 من الإناث تم التطبيق في محافظة تعز _الجمهورية اليمنية.

واستخدمت الدراسة قائمة المعتقدات اللاعقلانية الصورة اليمينية (إعداد الباحث)، المقياس العربي لزلة التعب المزمن، إعداد أحمد محمد عبد الخالق، سامح أحمد الديب (2004)، مقياس الأمل أعدده للعربية احمد محمد عبد الخالق (2004) .

وقد أظهرت النتائج وجود علاقة موجبة بين الأفكار اللاعقلانية و زلة التعب المزمن لدى المراهقين ، وجود علاقة سالبة بين الأفكار اللاعقلانية والأمل لدى المراهقين .

دراسة (عبد الخالق، والذيب، 2006): تهدف الدراسة إلى دراسة التعب المزمن وعلاقته بتقدير الذات والرضا عن الحياة، واستخدمت عينة قوامها 524 من طلاب المدارس الثانوية الحكومية الكويتية الذكور 273 و الاناث 250 واستخدم المقياس العربي لزلة التعب المزمن من تأليف الباحثين، عبد مقياس تقدير الذات من تأليف روزنبرج، ومقياس الرضا عن الحياة من تأليف ديز وزملائه وأظهرت النتائج أن الطالبات أعلى جوهريا من الذكور في مقياس زلة التعب المزمن وتقدير الذات في حين لم يكن الفروق دال بين الجنسين في مقياس الرضا عن الحياة، واستخرجت معاملات ارتباط جوهرية سلبية بين زلة

التعب المزمن وكل من تقدير الذات والرضا عن الحياة، واستخرج معامل ثنائي القطب يجمع بين زملة التعب المزمن مقابل كل من تقدير الذات والرضا عن الحياة.

دراسة (Smith et al 2003) : تهدف الدراسة المقارنة بين القلق والاكتئاب والصداع النصفي والاضطرابات جسدية الشكل مع زملة التعب المزمن لدى الطلاب المراهقين، وأجرى المقارنة بين 179 يعانون الصداع النصفي و 97 يعانون زملة التعب المزمن و 32 من الاسوياء وتم ضبط متغيري السن والنوع وقد حصل المراهقون الذين يعانون من زملة التعب المزمن على درجات مرتفعة ودالة في الاضطرابات جسدية الشكل والاكتئاب بالمقارنة إلى مجموعة الصداع النصفي.

لاحظت الطالبة بعد عرض الدراسات السابقة ما يأتي:

- أغلبها طبقت على عينات الموهوبين والمتفوقين من مستويات مختلفة ومقارنتها مع العاديين مثل دراسة (زكري، 2008) طبقت على عينة من الطلبة المتفوقات والعاديات في المرحلة الثانوية، ، دراسة (السباتين، 2006) طبقت على الطلبة الموهوبين والعاديين مرحلة التعليم المتوسط، أما دراسة (كريتز وواينرت 1989) طبقت على الأطفال الموهوبين، ماعدا دراسة سكر (2006) طبقت على طلبة الجامعة.

- نلاحظ تفاوت في أعداد العينات.

- اما من حيث المنهج نلاحظ أن اغلب الدراسات استخدمت المنهج الوصفي المقارن ، واستخدمت الدراسات أدوات مختلفة في جمع البيانات

- توصلت أغلب الدراسات إلى وجود فروق بين المتفوقين والعاديين في درجات ما وراء الذاكرة لصالح المتفوقين والموهوبين .

أما الدراسات التي تناولت التعب العصبي وعلاقته ببعض المتغيرات نلاحظ أنها

- طبقت على عينات مختلفة فادراسة (روبي، 2014) طبقت على عينة من المناوبين، دراسة (عبد الخالق، والذيب، 2006) طبقت على عينة من طلاب المدارس الثانوية، دراسة (سميث واخرون، 2003) طبقت على الطلاب المراهقين كما نلاحظ تفاوت في اعداد العينات.

- من حيث المنهج اختلفت الدراسات منها من استخدمت المنهج التجريبي ومنها من استخدمت المنهج الوصفي، واستخدمت أدوات مختلفة في جمع البيانات.

- اغلب النتائج بينت أن أفراد العينة يظهرون مستويات عليا في زملة التعب المزمن.

أكدت الدراسات السابقة أهمية متغيري ما وراء الذاكرة والتعب العصبي، ونظرا لعدم وجود دراسات تناولت العلاقة بين ما وراء الذاكرة والتعب العصبي لدى الموهوبين في حدود علم الطالبة تأتي هذه الدراسة للبحث في طبيعة هذين المتغيرين من خلال الاجابة على التساؤلات الآتية:

2- تساؤلات الدراسة :

- ◀ هل توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين ما وراء الذاكرة والتعب العصبي لدى التلاميذ الموهوبين في مادة اللغة العربية ؟
- ◀ هل تختلف طبيعة العلاقة بين ما وراء الذاكرة والتعب العصبي لدى التلاميذ الموهوبين في مادة اللغة العربية باختلاف الجنس (ذكور / اناث)؟
- ◀ هل تختلف طبيعة العلاقة بين ما وراء الذاكرة والتعب العصبي لدى التلاميذ الموهوبين في مادة اللغة العربية باختلاف المستوى (1،2،3،4)؟

3- فرضيات الدراسة :

- لا توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين ما وراء الذاكرة والتعب العصبي لدى التلاميذ الموهوبين في مادة اللغة العربية .
- لا تختلف طبيعة العلاقة بين ما وراء الذاكرة والتعب العصبي لدى التلاميذ الموهوبين في مادة اللغة العربية باختلاف الجنس (ذكور / اناث).
- لا تختلف طبيعة العلاقة بين ما وراء الذاكرة والتعب العصبي لدى التلاميذ الموهوبين في مادة اللغة العربية باختلاف المستوى (1،2،3،4).

4- أهداف الدراسة :

يهدف البحث الحالي إلى : الكشف عن طبيعة العلاقة بين ما وراء الذاكرة والتعب العصبي لدى التلاميذ الموهوبين في مادة اللغة العربية، ومدى تأثير هذه العلاقة بمتغير الجنس والمستوى التعليمي.

5- أهمية الدراسة :

❖ تتبع أهمية هذه الدراسة من أهمية المتغيرات التي تدرسها وهي ما وراء الذاكرة والتعب العصبي .

❖ كما تتبع أهميتها في كونها من الدراسات النادرة التي تناولت العلاقة بين ما وراء الذاكرة والتعب العصبي لدى فئة الموهوبين في حدود علم الطالبة، مما يمهد الطريق لإجراء المزيد من الدراسات ذات علاقة بهذه المواضيع .

كما تبرز أهميتها من خلال النتائج التي يمكن التوصل إليها إذ يتوقع خلالها معرفة مستوى ما وراء الذاكرة والتعب العصبي لدى التلاميذ الموهوبين في مادة اللغة العربية والعلاقة بينهما، مما يمكن التربويين من الوقوف على مدى امتلاك هذه الفئة من الموهوبين لهذه المهارة مما يعطي الفرصة للمسؤولين وأصحاب القرار لإيجاد البرامج الكفيلة التي تسهم في تحسين أو تطوير أداء التلاميذ في هذه المهارة .

أما أهميتها بالنسبة لتخصص علم النفس العيادي تكمن في الاهتمام بشريحة حساسة في المجتمع ألا وهي فئة الموهوبين والكشف عن مشكلاتهم واضطراباتهم كون فئة الموهوبين من الفئات التي تتطلب رعاية خاصة.

يمكن أن يساهم هذا البحث في إثراء المعرفة عن طريق العرض والتوضيح لمفهوم ما وراء الذاكرة ومكوناتها والتعب العصبي .

6- حدود الدراسة :

تحدد نتائج الدراسة الحالية بالحدود الآتية:

- ◀ الحدود الزمنية : تتحدد هذه الدراسة زمنياً خلال الموسم الجامعي 2016/1015.
- ◀ الحدود المكانية : تتحدد هذه الدراسة مكانياً في متوسطات ولاية ورقلة.
- ◀ الحدود البشرية : تمثلت الحدود البشرية في هذه الدراسة في التلاميذ الموهوبين في مادة اللغة العربية بمرحلة التعليم المتوسط.

كما تتحدد من خلال أدوات جمع معلوماتها :

- ❖ تعيينات المدرسين.
- ❖ اختبار raven للذكاء .
- ❖ مقياس ما وراء الذاكرة من اعداد (بن ساسي،2014) .
- ❖ مقياس التعب العصبي من اعداد(بن يعقوب، 2015).

7- التعريف الاجرائي لمتغيرات الدراسة:

ما وراء الذاكرة : وهي مراقبة الفرد لأعمال الذاكرة لديه ومدى رضاه عن الوظائف اليومية التي تؤديها ومدى استخدامه لاستراتيجيات ومساعدات التذكر المختلفة في المواقف الحياتية والمقاسة بالدرجة التي يحصل عليها التلميذ الموهوب على مقياس ما وراء الذاكرة ل (بن ساسي، 2014).

التعب العصبي : هو مجموعة الأعراض النفسية الجسمية الناجمة عن استنفاد الطاقة في الخلايا العصبية والمقاسة بالدرجة التي يحصل عليها التلميذ على مقياس التعب العصبي ل (بن يعقوب، 2015).

الفصل الثاني: ما وراء الذاكرة

تمهيد.

- 1- تاريخ ما وراء الذاكرة .
- 2- تعريف ما وراء الذاكرة.
- 3- مكونات ما وراء الذاكرة.
- 4- النماذج المفسرة لما وراء الذاكرة.
- 5- نظريات ما وراء الذاكرة.
- 6- قياس ما وراء الذاكرة.

خاتمة.

تمهيد :

تجدر الإشارة إلى أن مهارة ما وراء الذاكرة من أحدث المهارات اكتشافاً، وقد تم الاهتمام بدراساتها حديثاً وبشكل واسع لما تبين من أثر فعال لها على تطوير عملية التفكير وقدرتها على إنتاج جيل قادر على حل المشكلات واتخاذ القرار، وفي هذا الفصل سوف نتطرق بالتفصيل لمفهوم ما وراء الذاكرة من حيث نشأتها وتاريخها، وكذا مكوناتها والنماذج المفسرة لها، نظرياتها وقياسها واختتم الفصل بملخص.

1- تاريخ ما وراء الذاكرة :

تمتد جذور ما وراء الذاكرة إلى التقدم الذي أحرزه العديد من الفلاسفة والمفكرين وعلماء النفس، ترى ميلر أن ما وراء الذاكرة هي المعرفة بالذاكرة وهو ما يشبه الاستبطان المنظم الذي نادى النظريات المبكرة، ويشير لانجيهروبالمير إلى أن جون ديوي أول من طرح فكرة مراقبة الذات، توجيه الذات وثورنديك قام بوصف التفكير والتقييم الذاتي كعنصرين رئيسيين للتفكير والقراءة .

وفي عام 1971 قدم جون فلافل مصطلح ما وراء الذاكرة مشيراً من خلاله إلى المعرفة بالعمليات والمحتويات التي تتفاعل داخل الذاكرة، وفي عام 1979 لاحظ فلافل أن ما وراء الذاكرة ليس بمعزل عن الجوانب العقلية الأخرى، مما دعاه إلى وضع ما وراء الذاكرة ضمن ما وراء المعرفة بصفة عامة، حيث تعرف ما وراء المعرفة بأنها معرفة الفرد وإدراكه للعمليات والتراكيب المعرفية لديه، وفي عام 1998 قرر علماء النفس عقد مؤتمر موسع في المجلس الدولي لعلم النفس بمونتريال بكندا لمناقشة التطور في دراسة ما وراء الذاكرة، وتوصل المؤتمر إلى أنه يجب التمييز بين المفهوم التقليدي الذي يتسم بالمحدودية الشديدة والمتعلق بمعرفة وظائف الذاكرة وبين المفهوم المعاصر الذي ينظر نظرة أكثر شمولية لوظائف الذاكرة وهي معتقدات الأطفال الدقيقة والسطحية عن الذاكرة وأن كل من هذين النمطين من المعتقدات يؤثر على السلوكيات المعنية للذاكرة وعلى التنكر (الكيال، 2006) .

2- مفهوم ما وراء الذاكرة : تعتبر ما وراء الذاكرة نوعاً خاصاً من ما وراء المعرفة، وهناك عدة

تعريفات لما وراء الذاكرة يمكن حصرها في الآتي:

❖ هي معرفة الطلاب وتفكيرهم في عملياتهم المعرفية الخاصة بهم، ومحاولتهم تنظيم هذه العمليات ومعرفة مهام التعلم التي يمكن أن ينجزها الطالب بواقعية خلال فترة محددة من الوقت (مجدي، 2005).

- ❖ يرى فلافييل وآخرون : أن ما وراء الذاكرة هي المعلومات التي يمتلكها الأفراد عن ذاكرتهم، وأن هؤلاء الأفراد الذين يتمتعون بوعي ومعرفة أكبر بذاكرتهم يكونون أكثر قدرة على استخدام استراتيجيات الذاكرة(خرنوب ، 2015) .
- ❖ ويشير بوبر وكولينز 1985: إلى أن ما وراء الذاكرة تعبر عن الوعي الذاتي أو المعلومات الذاتية عن عمل منظومة الذاكرة (نجاتي ، 2002).
- ❖ ويشير براون وفلافييل 1987 : إلى أن ما وراء الذاكرة هي المعلومات عن الذاكرة وعملياتها كما تشمل المعرفة باستراتيجيات تنفيذ ومراقبة فعاليتها(الشرقاوي، 2003) .
- ❖ ويذكر ونج : أن ما وراء الذاكرة هي المعرفة الذاتية لعمليات الذاكرة والتي يمكن التعبير عنها لفضيا (نجاتي ، 2002).
- ❖ ويرى بوهرنج وكي 1987: أن ما وراء الذاكرة هي معلومات تتضمن المعرفة بمتطلبات التذكر الخاصة بالمهام المختلفة والمعرفة بالسعة المحددة بالنظام الذي يلبي هذه المتطلبات والمعرفة بالاستراتيجيات البديلة لتخطي هذه الحدود (النجار، 2008).
- ❖ ويشير ديكسون وآخرون 1988 : إلى أن ما وراء الذاكرة هي مؤشرات للكفاءة الذاتية للذاكرة أو بمعنى آخر المعتقدات المتعلقة بقدرة الفرد على استخدام الذاكرة بصورة فعالة في المواقف المختلفة(سيد، 2000) .
- ❖ ويحدد نيلسون وناريس 1990: ما وراء الذاكرة بأنها المعرفة والمراقبة الذاتية للذاكرة الخاصة أثناء تأدية المهام التذكيرية ويشيران أن ما وراء الذاكرة مستويان هما : المراقبة : وتعني معرفة الفرد بالمعلومات التي يتم تجهيزها أو معالجتها، والضبط والتحكم : ويعني معرفة الفرد بالاستراتيجيات الممكنة أو المتاحة لتحسين قدرته على تجهيز أو معالجة المعلومات (سولسو، 1996) .
- ❖ ويشير ويد وآخرون : إلى أن ما وراء الذاكرة هي المعبر عنها لفظيا والخاصة بكل من متغيرات الفرد والمهام والإستراتيجية المؤثرة على الاستدعاء أنها التنظيم الذاتي لعمليات الذاكرة وإجراءات اكتساب مهارات وعمليات ما وراء الذاكرة (موفق والعطيات، 2010).
- ❖ ويذكر باركين 1993: أن ما وراء الذاكرة تعني تحليل الذاكرة ومهاراتها حتى يتم توظيف الاستراتيجية الصحيحة ومراقبة التقدم حتى يتمكن من استخدام الذاكرة بكفاءة(نجاتي، 2002)
- ❖ وتشير فان ايد 1993: ان ما وراء الذاكرة تعني المعرفة بالجوانب الغريبة والفريدة والخاصة بنظام تذكر الفرد وحساسيته بالنسبة لخبرته السابقة بالتذكر والتخزين والاسترجاع لأنماط عديدة من

المعلومات في مواقف مختلفة ونظام مهارة التخطيط والتوجيه والتحكم وتقييم سلوك الفرد اثناء التعلم والتذكر (الشريف وسيد، 2000) .

❖ **ويرى جونكر وآخرون** : أن ما وراء الذاكرة تشير على الوعي بعمليات الذاكرة وتشمل معرفة واستخدام استراتيجيات الذاكرة والتصورات الذاتية عن قدرات الذاكرة والمعتقدات المتعلقة بعمل الذاكرة لدى الفرد (أبو غزال، 2008).

❖ **ويشير برسلي وميتر (1994)**: إلى أن ما وراء الذاكرة هي شكل خاص من ما وراء المعرفة وتتضمن المعرفة طويلة المدى بالعوامل المؤثرة على الذاكرة وعملياتها والوعي بالحالة الزاهنة للتذكر (خرنوب، 2015)

أما مفاهيم ما وراء الذاكرة في علم النفس المعرفي فقد وضحت مكون المعرفة الإجرائية لما وراء الذاكرة، حيث ركزت العديد من الدراسات على مراقبة الحالات المعرفية والتحكم اللاحق للعمليات المعرفية، وقد تم تصور ما وراء الذاكرة من قبل (نيلسون ونارينز، 1990، 1994)، على أنها تتضمن مكون المراقبة ومكون التحكم بشكل عام، وقد وصف نيلسون (1996) مفهوم ما وراء الذاكرة بأنه طريقة جديدة لدراسة الوعي وفي هذا السياق يرى (ليونيسيو ونيلسون 1990) أن معرفة نظام ذاكرتنا تتبع من خلال مراقبة الفرد الذاتية لذاكرته الخاصة وهذه المراقبة حاسمة في تقديم مدخل لعمليات التحكم الموجهة ذاتيا (الجراح، 2009).

كما تلقت ما وراء الذاكرة انتباها معتبرا أيضا في علم النفس النمائي، حيث تركزت العديد من دراسات المسنين على معتقدات الأفراد حول ذاكرتهم، وفي نفس السياق قام هيرتزوج وآخرون (1990) تعريفًا أشمل لما وراء الذاكرة وهو أن ما وراء الذاكرة مجال متعدد الجوانب الذي يتضمن اختيار الاستراتيجية واستخدامها والمعرفة حول كيفية توظيف الذاكرة والكفاءة الذاتية للذاكرة (فقيه، 2005).

❖ **ويؤكد rehman 2011**: على أن ما وراء الذاكرة أحد أبعاد ما وراء المعرفة والتي يمكن تعريفها على أنها وعي المتعلم بالاستراتيجيات المستخدمة والتي يجب استخدامها في بعض المهام، فهي تتضمن المعرفة والمعلومات حول أنظمة الذاكرة واستراتيجياتها (rehmn، 2011).

أي أن ما وراء الذاكرة لا تتضمن فقط معرفة الفرد حول ذاكرته (مثل معرفة الفرد حول نقاط القوة والضعف المرتبطة بذاكرته) بل أيضا المعرفة حول الطرق والوسائل اللازمة لمواجهة أوجه الضعف

المحتملة بالإضافة إلى المعرفة حول الاجراءات ذات الصلة بالتذكر بالعالم الخارجي مثل معينات التذكر الخارجية (عبد الله، 2003).

من خلال التعريفات السابقة يمكننا فهم ما وراء الذاكرة على أنها ادراك الفرد لعملياته المعرفية وقدرته على التخطيط لها وإدارة تلك العمليات بالتنظيم والمراقبة أثناء الأداء.

3 - مكونات ما وراء الذاكرة :

صنف فلافيل وويلمان 1977 ما وراء الذاكرة إلى فئتين رئيسيتين هما الحساسة والمتغيرات، وتتمثل فئة الحساسة في معرفة الفرد متى يكون النشاط المرتبط بالذاكرة ضرورياً ؟ وتنقسم فئة المتغيرات إلى 3 فئات فرعية وهي خصائص الفرد المتصلة بالذاكرة مثل وعي مفهوم الفرد عن قدرات وسعة الذاكرة لديه، خصائص المهمة المتصلة بالذاكرة مثل مألوفية المادة أو طول الوقت المتاح للدراسة، ومتغيرات الاستراتيجية وتتمثل في معرفة استراتيجيات التذكر المناسبة للمهمة مثل استراتيجيات التشفير والاسترجاع .

ويوضح ميلر 1990 أن هناك 3 مكونات لما وراء الذاكرة وهي :

3-1 الوعي : ويشير إلى وعي المتعلم بحاجته للتذكر كمتطلب ضروري للذاكرة الفعالة ووعيه بنواحي القوة والضعف في ذاكرته وإدراكه للاستراتيجيات المناسبة للمهام الصعبة وكذلك السهلة مما يوفر للمتعلم القدرة على انتقاء وتحديد ما يستطيع وما لا يستطيع تذكره

3-2 التشخيص : وتتضمن مكونين فرعيين وهما :

✓ تقدير صعوبة مهام التذكر : وهي الوعي بأن بعض مهام التذكر أصعب من غيرها حيث تؤثر طريقة تنظيم المهام في تقدير صعوبتها، فكلما كان التنظيم قائماً على المعنى فإن تذكر هذه المهام اسهل .

✓ تحديد متطلبات التذكر: حيث يتم التذكر وفقاً لنوع اختبار التذكر (تعرف، استرجاع، شفوي، تحريري) وبالتالي فالتشخيص يتضمن قدرة المتعلم على فهم أن المهام المختلفة تتطلب استراتيجيات مختلفة للحل ومعرفة انتقاء الاستراتيجية المناسبة لحل كل مهمة من هذه المهام .

3-3 المراقبة : وتعني ملاحظة الفرد المستمرة لتقدمه من وقت ادخال المعلومات في الذاكرة يطرح الأسئلة بصورة مستمرة والإجابة عليها، وتعتبر المراقبة هي المصدر الحقيقي في رأي نيلسون ونارينس

1990 لما وراء الذاكرة لكونها تعبر عن وعي الفرد بأي عناصر الموقف التعليمي سيتمكن من ادخالها وتخزينها واسترجاعها بكفاءة (النجار، 2008).

4- النماذج المفسرة لما وراء الذاكرة :

4-1) نموذج فلافيل وويلمان : اعتمد نموذج فلافيل وويلمان على تقسيم ما وراء الذاكرة إلى قسمين رئيسيين هما :

أ) **الحساسية المعرفية** : وتشمل معرفة الفرد بمتى يكون النشاط المرتبط بالذاكرة ضرورياً مثل الوعي بأن مهمة معينة في موقف تتطلب استخدام استراتيجيات الذاكرة وأن كل مهمة من مهام التذكر تتطلب استراتيجية تذكر معينة تكون أفضل من غيرها في الحفظ والتذكر .

ب) **المتغيرات** : وتنقسم إلى 3 فئات فرعية وهي :

❖ **خصائص الفرد** : وتتصل بمعرفة الفرد واعتقاده وخبراته ومعلوماته المرتبطة بالذاكرة مثل المفهوم الذاتي المرتبط بالقدرة على التذكر وشمل تكوين أفكار واضحة عن نقاط القوة والضعف المرتبطة بذاكرته

❖ **خصائص المهمة** : وتتعلق بان يتعلم الفرد من خلال الخبرة أن الانواع المختلفة من المهام المتصلة بالذاكرة تتطلب أنماطاً مختلفة من المعالجة وتتضمن العوامل التي تجعل مهمة التذكر أسهل مثل مألوفية المادة أو أصعب مثل القوائم الطويلة والوقت المتاح لحفظها قصير .

❖ **خصائص الاستراتيجية** : وتتضمن معرفة استراتيجيات الذاكرة التي يمكن استخدامها في أداء مهمة تذكر معينة ووعي المتعلم بالكيفية التي يتم من خلالها تشفير وتخزين المعلومات بطريقة ذات كفاءة ويرى فلافيل أن ما وراء الذاكرة ليست بمعزل عن المعرفة بالجوانب الأخرى للعقل ومن ثم قام بتطوير هذا النموذج من خلال :

- ✓ تعميم التصنيف الخاص بما وراء الذاكرة ليكون ضمن ما وراء المعرفة بصفة عامة .
- ✓ اظهار وتميز ما وراء المعرفة العامة فيما يتعلق بالأشخاص والمهام والاستراتيجيات .
- ✓ تقديم مصطلح خبرات ما وراء المعرفة للإشارة إلى مواقف المعالجة المعرفية التي تنشأ خلالها معلومات ومفاهيم و إدراكات جديدة عن المعرفة مثل أن يدرك الطالب عند استخدامه لطريقة

التلخيص أنها تأخذ الكثير من الوقت والجهد في مقابل التعليم القليل ولذلك تع خبرة متصلة بما وراء الذاكرة .

وقد حدد فلافل في هذا النموذج المطور 3 عناصر رئيسية وهي :

- 1) المعرفة بما وراء المعرفة : وهي المعرفة والمعتقدات التي جمعت من خلال الخبرة المكتسبة وخزنت في الذاكرة طويلة المدى وهذه المعرفة تتضمن معرفة تقريرية ومعرفة اجرائية ومعرفة تقريرية واجرائية معا.
- 2) الخبرات المرتبطة بما وراء المعرفة : وهي خبرات معرفية ووجدانية تتعلق بأداء المعرفة كالشعور والإدراك بأن شيئاً غير مفهوم أثناء القراءة وهذه الخبرة تجعل الطالب يفاضل بين عدة استراتيجيات للحل ومن ثم الوصول للاستراتيجيات المناسبة
- 3) السلوكيات (الأداءات) المعرفية: وهي مهارات التنظيم الذاتي والمراقبة الذاتية الواعية والمستمرة لمدى التقدم نحو انجاز المهام المعرفية(خرنوب، 2015) .

4-2) نموذج براون 1978 - 1981:

اهتم هذا النموذج بمكون مراقبة الذاكرة وكان الاطار الكفاء لمعالجة المعلومات، وهو مكون يمتلك أداة تنفيذية ذات كفاءة تقوم بتنظيم السلوكيات والأداءات المعرفية وهذه الأداة تتميز بأنها :

- واعية بحدود قدرات الذاكرة واستراتيجياتها .
- تقوم بتحليل المشكلات الجديدة واختيار الاستراتيجية المناسبة واختيار الحلول وترجيح الحل الأمثل .
- تراقب نجاح أو فشل الأداء المستمر وتحدد الاستراتيجيات التي يجب استبدالها بأخرى أكثر فعالية وملائمة .
- تعمل على أن يكون الفرد على علم بمتى يعرف ومتى لا يعرف وهذا شرط هام للتعلم الذي يتميز بالكفاءة والدقة .

ويفترض هذا النموذج أن مراقبة الذات تلعب دورا مهما في هذه الأفعال التنفيذية وأن الراشدين يتميزون بالنضج بالنسبة لما وراء المعرفة كما يمتلكون قدرات ذات كفاءة عالية وهو ما يفتقر اليه الأطفال حيث يعجزون عن اتخاذ القرارات التنفيذية الملائمة مثل عدم قدرتهم على معرفة مشكلات الفهم التي تقابلهم عند قراءة نص من النصوص(النجار، 2008) .

4-3) نموذج ويلمان 1983 :

- تم التركيز في هذا النموذج على تطور ما وراء المعرفة في مرحلة الطفولة المبكرة حيث ميز بين 5 فئات لمعرفة متداخلة جزئياً والتي تتطور خلال سنوات ما قبل المدرسة وهي :
- **المعرفة بالوجود:** في حوالي سن الثانية يبدأ الطفل في التعرف على العالم العقلي الداخلي، ويتكون لديه فهم مبدئي لأفعال ذهنية أو عقلية مثل التفكير أو التذكر يتم في هذه المرحلة فصل العمليات العقلية عن السلوكيات الخارجية ولكن ليس بدقة تامة .
 - **معرفة العمليات العقلية المميزة:** عند سن الثالثة يبدأ الطفل في ادراك أن العالم العقلي يمكن تمييزه إلى عمليات معرفية مثل التذكر والمعرفة، وعلى الرغم من أنهم ليسوا قادرين على تمييز هذه العمليات، فإن الأطفال الأكبر سناً في مرحلة ما قبل المدرسة يقومون بعمليات معرفية تشبه إلى حد كبير تلك العمليات التي يقوم بها الكبار .
 - **المعرفة عن التكامل:** عند سن الرابعة يبدأ الطفل الفهم المتزايد لعملية الربط بين أنشطة عقلية معينة وإدراك العلاقة بينها مثل التفكير والتذكر .
 - **المعرفة بالمتغيرات:** عند سن الرابعة يبدأ الطفل المعرفة بالخصائص المرتبطة بمهام الذاكرة واستراتيجيات التذكر التي تستخدم لمعالجة هذه المهام .
 - **المراقبة المعرفية:** عند حوالي سن الخامسة يبدأ وعي الطفل بالحالة العقلية المرتبطة بمطالب المهمة كالتركيز أو الانتباه أو عدم التركيز (النجار، 2007) .

4-4) نموذج كلو 1986:

- فرق كلو في نموده لما وراء المعرفة بين عاملين مهمين هما :
- أ) **المعرفة بالعمليات العقلية بصفة عامة :** أي معرفة كيف يعمل العقل وكذلك المعرفة بالفروق الفردية في المجال المعرفي .
 - ب) **كيفية متابعة ومراقبة الفرد لطريقته في التفكير :**
- وقد ربط كلو العامل الأول بالمعرفة التصريحية والعامل الثاني بالمعرفة الاجرائية، حيث أن المعرفة التصريحية تمثل المعلومات (معرفة ذلك) والمعرفة الاجرائية (كيف) وكلاهما ضروري لنظام التفكير البشري .

وقد اعتبر كلو أن هذه المكونات التصريحية والإجرائية عوامل فعالة في هذا النموذج كما أنه أدخل أفكار أكثر تفصيلا عن العمليات التنفيذية وعمليات التحكم تشبه الأفكار التي قدمها براون حيث أشار إلى عمليات التحكم مسؤولة عن :

- تقييم المعرفة المستمرة (أي مراقبة الأداء الحالي) .
- اختيار الاستراتيجيات الأخرى التي تستخدم في مواقف معينة .
- تحديد درجة استخدام العمليات الاستراتيجية (عيسى، 2004).

4- 5 نموذج نيلسون ونارينز (1990، 1994):

قدم نيلسون ونارينز أحد الاطارات النظرية الهامة لما وراء الذاكرة يقوم على تحليل المكونات المختلفة لنظام الذاكرة، وقد صنف كل من نيلسون ونارينز عمليات المراقبة والتحكم في شكل مراحل كلية لنظام الذاكرة وهي مرحلة الاكتساب والاحتفاظ والاسترجاع، وأشار إلى الأليات الأساسية لوصف التفاعل بين مكونات ما وراء الذاكرة الاجرائية (المراقبة والتحكم)

وقد اقترح كل من نيلسون ونارينز أن النظام البشري لديه على الأقل مستويان مختلفان للمعالجة ما وراء معرفية التي تتفاعل بشكل قوي وهما : ما وراء المستوى أو المستوى الأعلى والمستوى الموضوعي أو المستوى الأدنى، حيث يقوم المستوى الموضوعي بمعالجة المعلومات، أما ما وراء المستوى فهو يراقب عمليات المستوى الموضوعي وينظم معالجة المعلومات والسلوك وفقا لذلك .

وفي هذا النموذج ما وراء المعرفة تعمل من خلال الاتصال بين نظام المراقبة الذي يلاحظ المعرفة المستمرة ونظام التحكم الذي يمكن أن يغير العمليات المعرفية المستمرة، وتشير المراقبة ما وراء معرفية إلى العمليات التي تسمح للأفراد بالملاحظة والتأمل أو اختيار عملياتهم المعرفية الخاصة بهم، ويمكن الكشف عن عمليات المراقبة لدى الأفراد من خلال سؤالهم لاتخاذ أحكام سهولة التعلم وأحكام التعلم وأحكام الشعور بالمعرفة، وهناك ثلاثة أنواع من أحكام ما وراء الذاكرة الخاصة بالتنبؤ بأداء الذاكرة :

1- **احكام سهولة التعلم** : تتم قبل دراسة البنود المراد تعلمها، وتشير إلى تقديرات الفرد لصعوبة تعلمه لكل عنصر .

2- **أحكام التعلم** : تتم أثناء التعلم أو في نهايته وتدل على تقديرات الفرد لإمكانية تذكره اللاحق للبنود المتعلمة .

3- أحكام الشعور بالمعرفة : تتم على البنود غير المستدعاة على اختبار الاحتفاظ وتشير إلى تقديرات الفرد لإمكانية تعرفه على العناصر غير المستدعاة .

أما التحكم ما وراء معرفي فيشير إلى القرارات الواعية وغير الواعية التي يتخذها الفرد بالاعتماد على مخرج عمليات المراقبة الخاصة به ويمكن الكشف عن عمليات التحكم لدى الأفراد من خلال السلوكيات التي يشارك بها الفرد كوظيفة للمراقبة مثل تخصيص وقت الاستذكار واتخاذ قرارات بشأن البنود المراد استذكارها، وفق نموذج نيلسون و نارينز فإن التنظيم الفعال لمهارات ما وراء الذاكرة هو عامل حاسم في الالتمام الناجح لأي مهمة معرفية، فعلى سبيل المثال : عندما يبدأ الطالب في استذكار نص فإنه سيحل ويحكم على صعوبته أولاً (أحكام السهولة)، وبالاعتماد على هذا الحكم فإنه يخصص وقت الاستذكار ويختار نوع الاستراتيجية لاستذكار المواد، وبعد الاستذكار فإنه قد يحكم فيما إذا استذكر بشكل جيد وكاف (أحكام التعلم) وبا الاعتماد على هذا الحكم الثاني، فإن الطالب يقرر إنهاء الاستذكار أو قد يغير في الاستراتيجيات ليبلغ المواد المراد استذكارها وبعد ذلك عند أداء الامتحان، فإذا لم يتذكر الطالب جواب سؤال معين ولكن ما زال يشعر أنه يعرفه (أحكام الشعور بالمعرفة) فإنه يعتمد على هذا الحكم الثالث في محاولة تذكر الجواب غير المستدعى حالياً .

من خلال العرض السابق لنماذج ما وراء الذاكرة نلاحظ تعدد النماذج التي حاولت تفسير ما وراء الذاكرة وعلى الرغم من توصل الباحثين في هذا المجال إلى سلسلة من التصورات المختلفة حول المعرفة بالذاكرة إلا أن هناك اتفاقاً يجمع عليه هؤلاء الباحثون وهو تقسيم ما وراء الذاكرة إلى مجالين أساسيين، يختص المجال الأول بالمعرفة الخاصة بما وراء الذاكرة التقريرية وتتعلق بالمعرفة اللفظية الراهنة بالعوامل المؤثرة على أداء الذاكرة بينما يختص المجال الثاني بالمعرفة الخاصة بما وراء الذاكرة الاجرائية وتتعلق بالقدرة على المراقبة وتنظيم الأنشطة الخاصة بالذاكرة (خرنوب، 2015).

5- نظريات ما وراء الذاكرة :

تشير دراسة جونسون (2005) إلى أن هناك اتجاهين من النظريات التي درست أحكام ما وراء الذاكرة هما :

الأول: اتجاه نظريات الوصول المباشر:

وهي تقترض الاتصال التام بين أحكام ما وراء الذاكرة وعملية الاستدعاء، وهذا يعني أن المشاركين يمكنهم الحكم على القوة الحقيقية للذاكرة غير المستدعاة، وهو يشكل الأساس في احكام الشعور بالمعرفة وظاهرة على طرف اللسان .

الثاني : اتجاه نظريات الاستدلال :

وهو لا يهتم بالارتباط المباشر بين حالات الذاكرة الموضوعية والخبرات الشخصية وإنما يقوم على الالمامات التي ترتبط بالذاكرة المحددة مثل المعارف الجزئية عن الكلمة غير المستدعاة، وتتفرع نظريات الاستدلال إلى نظريتين أساسيتين هما : نظرية التشابه الالماعي وهي تشير إلى تشابه الإيقاع أو الصوت الخارجي للكلمة، ونظرية القابلية وتشير إلى مقدار المعارف المتاحة عن الكلمة في الذاكرة (خرنوب، 2008).

6- قياس ما وراء الذاكرة :

إن من أهم المشكلات التي يواجهها الباحثون والعلماء في مجال ما وراء المعرفة بصفة عامة وما وراء الذاكرة على وجه الخصوص هي مشكلة القياس، وذلك نظرا لاعتماد هذا المفهوم على الاستبطان مما أتم العديد من المقاييس والاختبارات والاستبيانات المختلفة للقياس، وفيما يلي نعرض بعض مقاييس ما وراء الذاكرة طبقا للاتجاهات النظرية التي تناولت تفسيره وتعريفه :

6-1) ما وراء الذاكرة العامة :

إن ما وراء الذاكرة العامة تتضمن العديد من المتغيرات والجوانب والأمور الخاصة بالذاكرة لذا تستخدم في قياسها عادة بطاريات متكاملة لكي يتم الالمام بكل هذه المتغيرات والجوانب الخاصة بهذا المفهوم، ومن الدراسات التي استخدمت بطاريات متكاملة لقياس ما وراء الذاكرة :

*دراسة كافا وبوركوسكي 1980: وكان يقوم الفاحص في هذه الدراسة بمقابلة الأطفال فرديا في حجرة هادئة، ويشرح لهم الهدف من البحث ألا وهو اكتشاف ما يعرفه الأطفال عن ذاكرتهم من خلال تعلمهم وتذكرهم الأشياء، وقد تم تطبيق بطارية كورترز وزملائه (1985) في هذه الدراسة حيث كان يطلب من الأطفال الاستجابة على أسئلة مثل قدرة الذاكرة، حيث يسأل الطلاب عن منظومة الذاكرة لديهم ولدى الآخرين الذاكرة الفورية ، الاحتفاظ ، قائمة القصة ، الحيز الملون وغير الملون، وقت الاستنكار، خطة

الاستذكار، موضوع الإعداد، موضوع الاسترجاع، أحداث الاسترجاع، التدخل الرجعي، الاسترجاع بنفس الصياغة .

* دراسة كورتز وبوركوسكي 1984: وقد استخدمت في هذه الدراسة بطارية لقياس ما وراء الذاكرة احتوت على 14 اختبار فرعي لها عدة محاور أساسية تتضمن التوسع بإضفاء التفاصيل، السلوك التنظيمي للحدث المستقبلي، بحث ما وراء الذاكرة المنظم، التعرف على صعوبة المهمة، استراتيجية التذكر، مراقبة الذاكرة (زكري، 2008).

6-2) ما وراء الذاكرة النوعية :

ويتم قياسها باستبيانات أو اختبارات وسائل التقرير الذاتي، وهي تقيس الوعي والتشخيص ومراقبة الذاكرة أثناء أداء مهمة تذكر معينة .

(أ) - الوعي : وقد تم قياسه بعدة طرق منها :

◀ اختبار الوعي بالحاجة للتذكر : وقد استخدمت في دراسات مثل دراسة أكريدولو وآخرين 1985 .

◀ قياس الوعي باستراتيجيات تذكر معينة مثل التصنيف : وقد استخدمت فابريكس وهاجين 1986 ودراسة نجاتي (2002).

◀ قياس الوعي عن طريق المعلومات القابلة للتعبير اللفظي : وقد استخدمت في دراسة كل من (ويد واخرون 1990، شورت وآخرين 1993)، حيث كان يتم تقدير الوعي عن طريق المعلومات القابلة للتعبير اللفظي وهي تلي مهام الذاكرة الأساسية لقياس الاستراتيجية التي يمكن أن يعبر عنها الفرد لفظيا من خلال تقديم سؤالين هما :

✚ هل تفعل شيئا معيناً لمساعدة نفسك على الأداء بنجاح ؟

✚ ماذا تفعل لتساعد نفسك على تذكر الأشكال والأرقام ؟

(ب) -التشخيص / التقييم : ويشير كل من (كورتز ونيرت 1989) (نجاتي 2002) إلى أن التشخيص يتم قياسه عن طريق تقييم القدرة على تحديد مدى السهولة والصعوبة في المهمة المقدمة مع تحديد السبب والإستراتيجية المستخدمة ويتضح هذا الأسلوب في دراستهم .

(ج) - المراقبة : لوحظ من خلال الاطلاع على أدبيات البحث في علم النفس أن هناك عدة اتجاهات لقياس المراقبة هي :

***أحكام الشعور بالمعرفة** : يرى كيلمان وكريلي (2003) أن أحكام الشعور بالمعرفة تتم على العناصر التي لا يتم استدعاؤها في اختبار الاستدعاء، وتشير إلى تقديرات الفرد لإمكانية تعرفه على العناصر غير المتذكّرة ، ويتم تقييم دقة هذه الأحكام بطريقة تنبؤية من خلال مقارنة التنبؤات بالأداء اللاحق وقد استخدمت هذه الطريقة في داراستهما .

***أحكام المعرفة** : تشير دراسة كل من (نيلسون ونارنيس 1990 ، كيليمان وويفر 1997 ، مازوتي ونيلسون 2000 ، الوود وآخرون 2005) إلى أن هذه الأحكام تدل على تقديرات الفرد لإمكانية تذكره اللاحق للعناصر المتعلمة، وتتم أثناء أو في نهاية التعلم أو بعد محاولة تعلم ما ودقة أحكام المعرفة تكون أكبر بعد محاولة الاختبار السابقة، وقد استخدمت هذه الطريقة في دراستهم .

***أحكام سهولة التعلم** : يذكر كل من ويد وآخرون 1990 ، كيليمان 2000 أن أحكام سهولة التعلم تدل على دراسة العناصر المراد تعلمها وتدل على تقديرات الفرد لصعوبة تعلمه العنصر ، وفي هذه الأحكام يطلب من الأطفال قبل أداء الاستدعاء التنبؤ بعدد المفردات التي سيتذكرونها، وبعد كل مهمة استدعاء تطلب منهم تقدير عدد المفردات التي تذكرها وتكون درجة مراقبة الذاكرة للطفل لكل مهمة هي مجموع درجات التنبؤ ودقة التقدير وقد استخدمت هذه الطريقة في دراستهم (زكري، 2008).

كما قام **كافا وبرلميتز 1982** بتصنيف مقاييس ما وراء الذاكرة إلى مقاييس مستقلة ومقاييس تلازمية

(أ) **المقاييس المستقلة (قياس المعرفة عن الحقائق الخاصة بالذاكرة):**

وكانت هذه المقاييس يتم فيها اجراء مقابلات شخصية مع الاطفال وهي تعتمد بصورة مباشرة على التذكر لدى الأطفال وتتعامل مع معلومات الطفل عن ذاكرته وكذلك الحقائق التي تكون معروفة لديه عن قدرات ومهام وعمليات واستراتيجيات الذاكرة وتفاعلاتها ، وتعتمد هذه المقاييس على ما يلي :

أ-1 التخزين والاسترجاع من الذاكرة :

يرى **أوسوليفان 1992** أن هذه النوعية من المقاييس توجه أسئلة إلى الطفل عن كيفية التخزين والاسترجاع من ذاكرته، وهي تقيس مدى معرفته بمتغيرات خصائص الشخص وخصائص المهمة وخصائص الاستراتيجية وتم استخدام هذا الأسلوب في دراسته حيث كان الأطفال يتذكرون قائمتين من الكلمات، قائمة كلمات مترابطة وقائمة من الكلمات غير مترابطة معا، وبالنسبة لكل قائمة تم الحصول على أربعة مقاييس لكل فرد، وكانت هذه المقاييس تقيم أداء الاستدعاء، الجهد المعرفي المرتبط بأداء الاستدعاء، عوامل العزو

السببي الخاصة بالاستدعاء، واستخدام الاستراتيجية، وكان الأطفال يستدعون الكثير من الكلمات في القائمة المترابطة مقارنة بالقائمة الغير مترابطة وقد توصل إلى أن طبيعة ما وراء الذاكرة كانت تتغير في كل صف وفقا للعمر، وأن الأطفال الأصغر سنا هم أقل قدرة على توضيح ما يدركونه، كما أنهم أقل قدرة على الوعي بالنواحي اللفظية مثل المفردات اللغوية التي تسمح لهم بالحديث عن موضوعات معقدة مثل المعرفة بالتفكير (العتوم، 2004).

أ-2 اتحاد القرارات:

ويشير النجار 2007 أن هذه المقاييس تشمل على تكليف المفحوصين باتحاد قرارات أو اصدار أحكام مثلا على أزواج من الكلمات من حيث السهولة أو الصعوبة في الحفظ أو كيفية التعلم عرض قائمتين من المفردات أحدهما بها خمسة أسماء لأشخاص والأخرى بها خمسة عشرة اسما ويوجه للطفل سؤال عن أي القائمتين أسهل من حيث الحفظ والتعلم وقد استخدم هذا الأسلوب في دراسة ويلمان 1988 وقد توصلت إلى أن اختلاف أعمار المفحوصين يؤثر في عدد الحلول الصحيحة، وتم تفسير ذلك بأن التحسن في معرفة الذاكرة مرتبط بالنمو (العمر) .

أ-3 استراتيجية الذاكرة المتنوعة : يذكر شنيدر وآخرون 1987 أن هذه المقاييس تتضمن عرض استراتيجيات تذكر متنوعة أمام الطفل وتدريبه على استخدامها في حفظ قائمة من المفردات وبعد انتهاء التدريب يكلف الأطفال باسترجاع القائمة باستخدام كل استراتيجية وإجراء مقارنات بين هذه الاستراتيجيات وتحديد أي استراتيجية أفضل للاسترجاع الحر للمفردات الموجودة في القائمة، وقد استخدم هذا الأسلوب في دراسته حيث توصلت إلى أن أطفال الحضانه يدركون الاستراتيجيات الفعالة التي تؤدي إلى فروق ملحوظة في الأداء وأن الأطفال الأكبر سنا لديهم معرفة أفضل بمزايا وعيوب كل استراتيجيات الذاكرة .

أ-4 تعليم الأفراد : ومن الدراسات التي استخدمت هذا الأسلوب دراسة باست وأورنستين 1986 وتعتبر من أول الدراسات التي استخدمت هذا الأسلوب لمعرفة ما وراء الذاكرة لدى الأطفال وتتضمن هذه المقاييس تكليف الأطفال الأكبر سنا (بالصفين الثالث أو السادس) بأن يقوموا بتعليم طفل أصغرا سنا (بالصف الأول مثلا) كيفية أداء مهمة تذكيرية معينة من أجل تحقيق أقصى قدر من التعلم، وكانت مهمة الأطفال الأكبر سنا هي أن يصغوا للأطفال الأصغر سنا ما يفعلونه هم أنفسهم عندما يقومون بأداء مهمة مشابهة، واعتمد قياس ما وراء الذاكرة على اشتغال تعليمات الأطفال الأكبر سنا على أساليب مناسبة خاصة باستراتيجيات الذاكرة مثل استخدام استراتيجيات التنظيم عندما يكلف الطفل بحفظ قوائم من الكلمات القابلة للتصنيف وقد

توصلت إلى أن ما وراء الذاكرة موجودة لدى الأطفال في أعمار مبكرة ولكن لدى الأطفال الأكبر سنا بدرجة أكبر وأن هناك علاقة بين ما وراء الذاكرة والعمر (المشاعلة، 2002) .

ب) المقاييس التلازمية (قياس مراقبة الذاكرة):

وتسمى هذه المقاييس بهذا الاسم لأنها تعتمد على قياس نشاط الذاكرة ومن خلاله تحاول معرفة مدى مراقبة الطفل لذاكرته ووعيه بالمعالجة المستمرة التي تتم داخل الذاكرة وتتمثل بعض هذه المقاييس في :

ب- 1 مقاييس التنبؤ بالأداء : تتم هذه المقاييس قبل دراسة المادة المراد تذكرها، وتتضمن تقدير مدى ما سيتم تعلمه حيث تقدم للمفحوص قوائم مختلفة الطول للمواد المراد تعلمها (صور ، أشكال ، كلمات ، أعداد) ويكلف بتحديد ما إذا كان يستطيع تذكر قائمة بهذا الطول أم لا، ثم يتم التعرف على التذكر الفعلي لنفس القوائم حيث أن مقارنة قيمة التنبؤ بمدى التذكر الفعلي يعطي مؤشرا لما وراء الذاكرة، وقد استخدم هذا الأسلوب في دراسة (جايلتوني) وتوصلت إلى أن المفحوصين الذين راقبوا تذكرهم بكفاءة في الماضي كانوا أكثر وعيا بتقدير مدى تذكرهم مقارنة بالمفحوصين الذين لم يفعلوا ذلك .

ب- 2 مقاييس الاستعداد للاسترجاع : ويشير (كيليمان 2000) إلى أن هذه المقاييس تعتمد على تكليف المتعلمين بالاستمرار في دراسة وحفظ المادة المراد تعلمها، حتى يقرروا أن تذكرهم للمادة أصبح كاملا ثم يكلفون بالأداء على اختبار يتم من خلاله تقييم مستوى الأداء وكذلك الوقت الذي ستغرقه المتعلم حتى أصدر الحكم بالاستعداد للاسترجاع، وقد استخدم هذا الأسلوب في دراسته .

ب- 3 مقاييس الشعور بالمعرفة : ويذكر كل من (سكوير 1982، كوريات 1997، جينج ونيكي 2000) أن هذه المقاييس تعتمد على اضهار سلسلة من الكلمات أمام الطفل، وقد سبق عرض بعضها عليه من قبل، ويكلف بتحديد أي من تلك الكلمات سبق عرضها عليه، وعندما لا يستطيع الطفل تذكر هذه الكلمات أو بعضها فإنه يكلف بتوضيح ما إذا كان يشعر أنه يعرف هذه الكلمات أو لا، ويتم حساب معامل الارتباط بين هذه التقديرات للشعور بالمعرفة مع الأداء اللاحق في اختبار تعرف يشمل على مفردات لم يتم استرجاعها، وقد تم استخدام هذا الاسلوب في دراستهم .

ب- 4 مقاييس تتعامل مع سلوكيات الذاكرة أثناء الأداء : وتعتمد هذه المقاييس على تسجيل التعبير اللفظي لما يقوم الطفل أثناء الاداء في الاختبارات اللفظية مثل التفكير بصوت مرتفع أو التعبير اللفظي بين محاولات الحفظ والاسترجاع، وقد استخدم هذا الأسلوب في دراسة (بيميش وونج 1998) (أبو حلاوة، 2009)

خلاصة الفصل :

نستخلص في الأخير أن ما وراء الذاكرة تلعب دورا مؤثرا في معالجة المعلومات وتحسين أداء الذاكرة بطرق مختلفة وأنها توفر تغذية راجعة ضرورية للطالب المهتم بمراقبة تعلمه سعيا وراء تحقيق الأهداف المرغوبة والتوصل إلى أفضل انجاز أكاديمي ممكن، فهي تعد متطلبا هاما من المتطلبات الجوهرية للتعلم فبدونها تنشأ مجموعة من الاضطرابات تمتد من مشكلات التعلم المتوسطة وحتى العجز عن التعلم.

الفصل الثالث:

التعب العصبي

- تمهيد.

- 1- تعريف التعب العصبي .
 - 2- أعراض التعب العصبي.
 - 3- أسباب التعب العصبي.
 - 4- معايير التشخيص حسب ICD-10.
 - 5- علاج التعب العصبي.
- ه خلاصة.

تمهيد:

يعد التعب العصبي من الأمراض العصابية الشائعة كثيرة الانتشار وهو ينتج عن الاجهاد الناتج من وقوع الشخص في صراع يؤثر في أعصابه، والتعب العصبي لم يعد مقتصرًا على فئة معينة من الناس بل أصبح يعاني منه الكثير من فئات المجتمع، وفي هذا الفصل سوف نتطرق إلى مفهوم التعب العصبي، أعراضه وأسبابه وصولاً إلى العلاج، ونختتم الفصل بخلاصة.

تعريف التعب العصبي: تجدر الإشارة إلى وجود صعوبات تكتنف تعريف التعب العصبي نظراً لوجود مرادفات عديدة لهذا المفهوم مثل التعب السيء، والإرهاق العصبي، والاعياء العصبي، وزملة التعب المزمن، والانهاك العصبي، والتمزق العصبي، والافلاس العصبي، والانحطاط والتدهور العصبي، والإرهاق الذهني، النفاذ العصبي، والكساد العصبي، والوهن العصبي (بن يعقوب، 2010).

يقصد به احساس المريض المستمر بالإرهاق والتعب والضعف ونقص الحيوية، وهو اضطراب عصابي قوامه الشعور بالتعب الشديد والإعياء البدني والنفسي مصحوب بالمخاوف وأوجاع الرأس يجعل بدل الجهد متعذراً، أما العلماء في علم النفس والطب النفسي فيعتبرونه حالة من الضعف البدني العام تنتاب الشخص قبل الشروع بأداء أي عمل مهما كان بسيطاً لا يتطلب جهداً كبيراً وتبقى هذه الحالة تسيطر على المصاب بهذا الاضطراب حتى بعد وقت طويل من الراحة والاسترخاء.

ومفهوم التعب العصبي مصطلح أطلقه (بير 1879) للدلالة على عدد ضخم من الأعراض النفسية والجسمية التي تتم عن الضعف والإرهاق العصبي، وقد وصفه بأنه تفرغ لطاقة الخلايا العصبية اثر استهلاك شحنتها المخترنة .

بينما أدرجه فرويد في عداد الأعصاب الفعلية شأنها في ذلك شأن عصاب القلق وتوهم المرض، والأعراض التي تظهر في هذه الأعصاب جميعها أعراض فعلية بمعنى أنها لا تنتج عن صراع نفسي (الصيخان، 2010).

أما علي عسكر (2000): فقد أشار إلى أنه حالة من الانهاك أو الاستنزاف البدني الناتج عن التعرض للضغوط القوية والمستمرة ويشمل مجموعة من المظاهر السلبية مثل التعب والإرهاق وفقدان القدرة على الابتكار (عسكر، 2000).

ويعرف كابريو التعب العصبي : بأنه رد فعل عقلي وبدني في ان واحد وإن كان يعتبر التعب حسب ذلك شكلا من أشكال التسمم الكيميائي الذي يؤثر على الجهاز العصبي كله وبالتالي يغير السلوك العقلي للإنسان(بن يعقوب، 2010).

أما **Rubinstein 1992**: أن التعب العصبي هو ظاهرة ناتجة عن الجهد العقلي والبدني، كما أنه مصحوب بأعراض مختلفة ويرتبط حدوثه بمعدل استهلاك الأوكسجين وتأثيرات المواد الحمضية على المخ وعوامل أخرى.

أما **Janet** فقد أثبتت أن الاعياء العصبي مجموعة من الاضطرابات تتطور بعد أمد طويل من جراء العمل المكثف والمتكرر (بن يعقوب، 2010).

تعريف **Freudenberger 1994** : حالة تحدث نتيجة الأعباء والمتطلبات الزائدة والمستمرة الملقاة على عاتق الفرد والتي تفوق قدرته، مما يساهم في ظهور مجموعة من المظاهر النفسية والجسدية السلبية .

ويتفق العديد من السيكوفيزيولوجيين على أن المراكز الدماغية هي الأكثر تأثرا بالتعب العصبي ويصحب ذلك هبوط في الطاقة وهو ما يعبر عنه بفاعلية الخلايا العصبية، ويؤدي بالتالي إلى اضطراب نشاطها، وظهور أعراض نفسية وجسمية، ولقد أجمعوا على أن هذه الأعراض هي السبيل الوحيد لقياس التعب العصبي أو هبوط الطاقة العصبية (بن يعقوب، 2010).

من خلال التعريفات السابقة يمكن تعريف التعب العصبي بأنه مجموعة الأعراض النفسية الجسمية الناجمة عن استنفاد الطاقة في الخلايا العصبية .

ويتضح مما سبق أن التعب العصبي يتميز بأنه :

❖ حالة للتغيرات الكيميائية في الخلايا العصبية .

❖ يرتبط حدوثه بكمية سريان الدم والأوكسجين في المخ وكذا الوسائط الكيميائية التي تنتجها الخلايا العصبية ودرجة حموضة الدم.

❖ يرتبط بهبوط الطاقة العصبية.

❖ يؤثر في وظائف العقل والجسم معا.

❖ يصطبب بمجموعة من الأعراض النفسية والمعرفية السلوكية والعصبية والجسمية .

❖ لا يزول بالراحة والنوم فقط .

❖ يحدث بصورة تدريجية وبطيئة.

❖ تزداد حدته مع مرور الوقت أن لم يكن هناك تدخل علاجي (بن يعقوب، 2010).

2- اعراض التعب العصبي:

❖ **الارهاق:** ارهاق عام يضعف الجسم ويكون غير متوقع وغير مناسب للنشاط الذي قام به الشخص، ويعتبر الارهاق من أكثر الأعراض شيوعاً ومن أكثرها ازعاجاً للمريض.

❖ **مشاكل التوازن وتناسق الحركات:** مثل فقدان التوازن، رعاش (رجفان لا ارادي) اللانظام في المشي، دوار، عدم التناسق في الحركات، تصلب العضلات تؤثر بدورها على الحركة والمشي.

❖ **الحساسية الزائدة للحرارة .**

❖ **صعوبات في النطق:** تتمثل في التلعثم والنطق بغير وضوح وعسر الهضم.

❖ **مشاكل في الاخراج والحاجة الى التبول بفترات قصيرة.**

❖ **مشاكل في البراز:** الامساك ، التفرغ لا ارادي .

❖ **اضطرابات ادراكية وعاطفية :** وهي ضعف في الذاكرة المؤقتة، فقدان القدرة على التركيز او الحكم

الصحيح او المنطق (الصيخان، 2010) .

3-أسباب التعب العصبي:

❖ **الصراع النفسي** ذو التاريخ الطويل نتيجة تضارب الرغبات والإقدام والإحجام في السلوك مما يسبب الانهاك والشعور بالضعف المفاجئ في حيل وأساليب الدفاع النفسي الذي كان يعتمد عليها الشخص في مواجهة شعوره بالنقص.

❖ **النمو المضطرب للشخصية** وعدم ضبط النفس واعتقاد الفرد بقلة حيلته، وعدم ثقته بنفسه والملل والحياة الرتيبة.

❖ **الاضطرابات الأسرية والانهيار الأسري** وطرق التربية الخاطئة والهروب من تحمل المسؤولية وسوء التوافق الاجتماعي .

❖ **العمل الشاق المرهق** تحت الضغط المصحوب بقلق والمجهود الذي يستنفذ الطاقة العصبية ويعوق الاسترخاء .

❖ **الحضارة الحديثة** وضغوطها الشديدة ومطالبها الكثيرة وعدم الاستعداد لمواجهتها.

❖ **يعزي سيغموند فرويد** الضعف العصبي إلى الكبت الجنسي والسموم الجنسية .

- ❖ التكوين الجسمي النحيف الواهن الذي يتصف أصحابه بشدة حساسية الجهاز العصبي.
- ❖ القلق والصراع والاحباط.
- ❖ الاستعداد لتقبل المرض ([http : //wessm.dlgoos.us/t13553.topic](http://wessm.dlgoos.us/t13553.topic)) .

4-معايير التشخيص:

حدد التصنيف العاشر للمنظمة الصحة العالمية (ICD_10 (1993) مجموعة من المحكات لتشخيص زملة الوهن العصبي :

- ❖ شكاوى مستمرة من الشعور بالإرهاك (التعب الشديد) بعد أي مجهود عقلي بسيط .
- ❖ الشعور بألم وأوجاع في العضلات
- ❖ دوار أو دوخة_صداع توتري
- ❖ اضطراب النوم .
- ❖ عدم القدرة على الاسترخاء
- ❖ الاستثارة والتهيج.

5- العلاج:

إن العرض الأساسي عند مريض التعب العصبي هو الشعور بالإعياء والتعب لذا فإن العلاج ينحصر في توفير الراحة التامة للمريض وفي الآتي :

العلاج النفسي:

يبدأ العلاج النفسي لمريض الوهن العصبي بالتحليل النفسي عن طريق التداعي الحر او زلات اللسان او تفسير لأحلام المريض لمعرفة الأسباب وراء اعراض هذا العرض، ويقوم المعالج بالشرح للمريض سر هذه الأعراض وكيفية التخلص منها بالسبل الصحيحة والتي تنهي لديه حالات القلق والتوتر مع تحقيق الراحة النفسية التامة للمريض، ويقوم المعالج أيضا باستخدام العلاج التدعيمي بتقوية وإعادة الثقة لدى المريض ويتم أيضا تعديل أسلوب حياة المريض وأهدافه

✚ علاج الأعراض :

فيما يخص التعب والإرهاق والصداع وآلام الظهر والعنق المسببة لمتاعب البدن والتي تعتبر من أهم العناصر في علاج التعب العصبي، فيتم علاجها بتوفير الراحة للمريض ومنعه من القيام بأي عمل ويبقى بالمنزل لمدة أسبوعين ولا داعي بأن نشدد عليه بملازمة الفراش يكفي تواجده داخل المنزل أو المستشفى مع منع الزيارات عنه ويتم عمل تدليك عام للجسم بتناول جميع العضلات دفعة واحدة في الصباح وأخرى في المساء إذا رغب المريض لتقليل الألم الناتج عن الأعراض، ويجب تغذيته تغذية كافية ويتم كل ذلك في أسبوعين وبعد انتهاء هذه الفترة يتم وضع المريض في طور النقاهة لمدة أسبوعين.

✚ العلاج البيئي :

وذلك بتعديل البيئة المباشرة المحيطة بالمريض سواء كانت هذه البيئة هي الاسرة أو محيط العمل بغية تحقيق التوافق الاجتماعي.

✚ العلاج الطبي :

يرى الأطباء النفسانيين ضرورة استخدام العقاقير الطبية المنومة في علاج الحالات التي يكون العلاج النفسي فيها غير مجدي، بإعطاء بعض مركبات الحديد والفيتامينات، أما عن أعراض الامساك التي قد تنتج فيتم علاجها بالحقن الشرجية ولا يسمح مطلقا بتناول الملينات أو المسهلات، أما عن الأرق فيعالج بإعطاء المريض منوم خفيف مبدئيا في الأيام الأولى ويستغني عنه ويعوض بعد ذلك بوسائل أخرى طبيعية مثل الحمامات الدافئة ليلا وعمل تدليك خفيف، ويجب عدم المبالغة في وسائل التخدير حتى لا يعطي ذلك احياء للمريض بخطورة حالته ويشتد أرقه، ويستمر في هذا العلاج لمدة شهر ثم يعاود حياته المنزلية ولا يباشر عمله إلا بعد أن توفر له الطاقة الحيوية لذلك (<http://wessm.dlgoos.us/t13553.topic>).

خلاصة الفصل:

نستخلص من هذا الفصل أن التعب العصبي حالة للتغيرات الكيميائية في الخلايا العصبية ينتج عن الإفراط في استخدام عضو من الأعضاء فوق طاقته كالدمغ ويؤدي بالتالي إلى اضطراب نشاطها وظهور أعراض نفسية وجسمية.

الباب الثاني

الجانب الميداني

الفصل الرابع:

الاجراءات الميدانية للدراسة

تمهيد.

- 1 - منهج الدراسة.
 - 2 - عينة الدراسة.
 - 3 - أدوات الدراسة.
 - 4- الخصائص السيكومترية للأدوات.
 - 5- إجراءات تطبيق الدراسة
 6. أساليب المعالجة الاحصائية.
- هـ - خلاصة الفصل.

تمهيد

بعد التطرق في الفصول السابقة إلى الجانب النظري، تتناول الطالبة في هذا الفصل الإجراءات الميدانية للدراسة بدءاً من المنهج المتبع ووصف عينة الدراسة إلى أدوات جمع البيانات، انتهاءً بالأساليب الإحصائية المستعملة في تحليل نتائج الدراسة بغية تحقيق هدف الدراسة والمتمثل في التعرف على العلاقة بين ما وراء الذاكرة والتعب العصبي لدى التلاميذ الموهوبين في مادة اللغة العربية مرحلة التعليم المتوسط.

1/ منهج الدراسة :

يعرف المنهج على أنه عبارة عن مجموعة العمليات والخطوات التي يتبعها الباحث بغية تحقيق بحثه (زرواتي، 2002).

وفي هذه الدراسة التي تبحث في العلاقة بين متغيرين ما وراء الذاكرة والتعب العصبي، فقد تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي لمناسبته طبيعة الموضوع.

2/ عينة الدراسة:

1-2/ تحديد مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من جميع التلاميذ بمتوسطات ولاية ورقلة، ، والجدول التالي يوضح مجتمع الدراسة:

جدول رقم(01) يوضح مجتمع الدراسة

عدد المتوسطات	عدد الأقسام	عدد التلاميذ
108	1677	55524

2-2- تحديد عينة ممثلة لمجتمع الدراسة:

نظراً للحجم الكبير لمجتمع الدراسة اختارت الطالبة عينتها بطريقة العينة العشوائية متعددة المراحل حيث سحبت ثلاث بلديات من دائرتين من دوائر مجتمع الدراسة و الجدول الآتي يوضح عدد المتوسطات و التلاميذ في دائرتي ورقلة و المقارين

الجدول رقم(02) يوضح الدائرة والبلدية، عدد المتوسطات والأقسام وعدد التلاميذ في دائرتي ورقلة والمقارين.

المجموع	عدد التلاميذ		عدد الأقسام	عدد المتوسطات	البلدية	الدائرة
	إناث	ذكور				
15443	7421	8022	421	28	ورقلة	ورقلة
4652	2249	2403	117	06	الرويسات	
1247	578	669	38	03	المقارين	المقارين

اختارت الطالبة عشوائيا 4 متوسطات من الجدول السابق وهي متوسطة السوفي محمد الهاشمي بالمقارين، و متوسطة الفارابي بالمقارين ومتوسطة ابي يعقوب يوسف الو رجلاي بالرويسات، متوسطة ابي ذر الغفاري ورقلة.

بعد ذلك اتصلت الطالبة بأساتذة اللغة العربية في المتوسطات المختارة لتعين التلاميذ الموهوبين في مادة اللغة العربية حيث بلغ عدد التلاميذ الذين تم ترشيحهم من طرف الأساتذة 90 تلميذا من جميع المستويات، وبعد تطبيق اختبار raven تم حذف 30 تلميذا لحصولهم على درجة مئينية أقل من 90 درجة على اختبار raven، أي ما يقابل الدرجة الخام 47.

3/ أدوات الدراسة: جمعت الطالبة بيانات هذه الدراسة من خلال الأدوات الآتية:

3-1/ تعيينات الاساتذة : حيث طلب من أساتذة اللغة العربية التعليم المتوسط تحديد التلاميذ الذين لديهم مواهب في اللغة العربية في كتابة (الشعر،الخاطرة،الرواية.....الخ) مهما كان تحصيلهم الدراسي من المتوسطات المختارة، كان عدد التلاميذ الذين تم تحديدهم من طرف الأساتذة 90 تلميذا من جميع المستويات.

3-2/ اختبار raven للذكاء: هو من الاختبارات الصالحة للتطبيق في مختلف البيئات والثقافات لقياس الذكاء العام، يتألف الاختبار من 60 بندا تتوزع على 5 مجموعات هي (A، B، C، D، E)، تحتوي كل مجموعة على 12 مفردة، يتكون من مصفوفة من الأشكال الهندسية تتطلب تكملة مساحة ناقصة وتعتمد المصفوفات على قدرة الفرد على التوصل إلى القاعدة التي يمكن أن تحدد الخصائص المميزة

للشكل الذي يجب أن يلائم الفراغ الناقص حيث يكمل النمط المنطقي للمصفوفة كلها، ويتم اختيار الشكل الصحيح من بين 6 أو 8 أشكال تقدم أسفل المصفوفة، ويتكون الاختبار من ورقة اجابة وكتيب الاختبار.

طريقة الاجابة : يقدم للمفحوص كتيب الاختبار وورقة الاجابة، يقوم بملء البيانات الشخصية في ورقة الاجابة ويطلب منه النظر إلى الشكل الأساسي في أعلى الصفحة، قائلًا له كما ترى في هذا الشكل حذف منه جزء ، وهذا الجزء المقطوع موجود في أحد الأجزاء المرسومة في أسفل الشكل لاحظ أن واحد فقط من هذه الأجزاء هو الذي يصلح لإكمال الشكل الأصلي ويسجل الاجابة على الورقة المعدة لذلك .

نظام التصحيح : يحسب لكل سؤال صحيح اجابه المفحوص (1) درجة، والسؤال الذي لم يجب عنه يوضع له (0) ثم تجمع الدرجات الصحيحة التي حصل عليها المفحوص لمعرفة الدرجة الكلية الخام للمفحوص ، وبعد معرفة الدرجة الخام التي حصل عليها المفحوص نذهب لقائمة المعايير الميئنية لمعرفة ما يقابل الدرجة الخام من درجة ميئنية .

ثبات وصدق الاختبار : يتمتع الاختبار بثبات وصدق عال، وذلك من خلال تتبع العديد من الدراسات السابقة التي قامت باستخدامه، حيث تراوحت معاملات الثبات ما بين (0.62،0.91)، ودراسات أخرى تراوحت ما بين (0.44،0.82)، ودراسات أخرى تراوحت ما بين (0.55،0.820) (حماد، 2008).

وفي هذه الدراسة استخدمته الطالبة لتحديد التلاميذ الموهوبين الحاصلين على درجة ميئنية أكبر من أو يساوي 90 أي ما يقابل الدرجة الخام 47(بن ساسي، 2014).

3-3/ مقياس ما وراء الذاكرة :

تم استخدام استبيان ما وراء الذاكرة للباحث بن ساسي(2014)، يحوي المقياس في صورته النهائية 25 عبارة موزعة على 4 أبعاد هي: التخطيط، الإستراتيجية، الفرد، المراقبة و التقويم، يقابلها خمسة اختيارات (تنطبق عليا دائما)، (تنطبق عليا غالبا)، (تنطبق عليا أحيانا)، (تنطبق عليا نادرا)، (لا تنطبق علي أبدأ)، تتم الإجابة عن كل بند باختيار بديل من خمسة بدائل إعتمادا على طريقة ليكارت خماسية النقاط التي تتراوح فيها الدرجة على كل بند من خمسة درجات بالنسبة لتتطبق عليا دائما إلى درجة واحدة بالنسبة ل لا تنطبق عليا أبدأ، وتحقق من صدق المقياس بعدة طرق هي الصدق التمييزي حيث كانت 25 عبارة مميزة من 30، أين تم حذف العبارات غير المميزة لأن ذلك لا يؤثر التمثيل النسبي

للأبعاد. وقد ارتبطت جميع العبارات بأبعادها ارتباطا دالا إحصائيا عند 0.01 ما يدل على أن المقياس يتمتع بصدق تناسق داخلي عال. كما تحقق من صدق المقياس عامليا، باستعمال طريقة المكونات الأساسية لهوتلينج ثم أجري التدوير المائل للعوامل بطريقة Quartimax، وقد نتج عن ذلك 8 عوامل، أربع (4) عوامل أثبتت لها أسماء، وهي: العامل الأول "عامل التخطيط"، العامل الثاني "عامل الإستراتيجية"، العامل الثالث "عامل الفرد"، العامل الرابع "عامل المراقبة و التقويم"، وهي الأبعاد التي اقترحها الباحث، بينما اعتبرت العوامل الأربعة الأخرى (4) عوامل احصائية بحتة لا يمكن إعطاؤها معنى أو اسم لذا سيتم رفضها لعدم تحقيقها لشروط البناء العاملي البسيط، والجدول التالي يبين ابعاد المقياس في صورتها النهائية.

جدول رقم (03) يبين أبعاد مقياس ما وراء الذاكرة في صورتها النهائية وعدد بنود كل بعد.

الأبعاد	رقم البنود	عدد البنود
بعد التخطيط	1، 3، 9، 14، 15	5 بنود
بعد المراقبة والتقويم	2، 11، 18، 23، 24.	5 بنود
بعد الفرد.	4، 8، 10، 13، 19، 21، 22، 25.	8 بنود
بعد الاستراتيجية.	5، 6، 7، 12، 16، 17، 20.	7 بنود
المجموع		25 بنود

كما حسب ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ لكل بعد من الأبعاد الموضحة في الجدول السابق بالترتيب بعد التخطيط بلغ (0.668)، بعد المراقبة والتقويم بلغ (0.653)، بعد الفرد بلغ (0.643) بعد الاستراتيجية بلغ (0.654) وهو ما يدل على أن المقياس يتمتع بمعاملات ثبات عالية (بن ساسي، 2014). وقد قامت الطالبة بالاتفاق مع الأستاذ المشرف بتغيير عبارة وهي العبارة رقم 12 لعدم ملائمتها لعينة الدراسة. وفي هذه الدراسة قامت الطالبة بدراسة صدق وثبات المقياس على عينة قوامها 60 تلميذ موهوب في مادة اللغة العربية .

صدق الاتساق الداخلي:

في هذه الدراسة استعملت الطالبة صدق الاتساق الداخلي، حيث يتم حساب الاتساق الداخلي عن طريق إيجاد معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تمثله، ثم حساب معامل

الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس. (بن ساسي، 2014 نقلا عن مراد و سليمان، 2002، ص 357).

وقد كانت النتائج على النحو الموضح في الجداول التالية :

الجدول رقم(04): يبين رقم العبارة ومعامل الارتباط بينها وبين المقياس وبينها وبين بعدها

الرقم	معامل الارتباط بين العبارة والمقياس	معامل الارتباط بين العبارة وبعدها	الرقم	معامل الارتباط بين العبارة والمقياس	معامل الارتباط بين العبارة وبعدها
1	*0,560	**0,718	14	*0,447	**0,510
2	**0,328	**0,450	15	0,076	*0,302
3	*0,512	**0,728	16	0,126	0,227
4	*0,587	**0,719	17	*0,440	**0,571
5	**0,321	**0,498	18	0,144	**0,342
6	**0,247	**0,518	19	*0,449	**0,552
7	*0,543	**0,569	20	**0,293	*0,315
8	*0,538	**0,633	21	0,134	**0,395
9	*0,445	**0,642	22	**0,333	**0,432
10	**0,253	*0,315	23	0,204	**0,553
11	*0,456	**0,383	24	**0,379	**0,650
12	*0,569	**0,537	25	0,172	0,162
13	*0,411	**0,588			

** دال عند 0.01، * دال عند 0.05.

نلاحظ من الجدول رقم (04) أن أغلب الفقرات ترتبط بالمقياس ارتباطا دال إحصائيا عند (0.01) أو (0.05) ما عدا العبارات رقم(15)،(16)،(18)،(21)،(23)،(25)غير دالة، كما نلاحظ أن جميع العبارات ترتبط بأبعادها ارتباطا دال إحصائيا عند (0.01) أو (0.05) مما يعني أن هذه العبارات تنتمي إلى أبعادها ما عدا العبارات رقم (16) و(25) فإنها لا ترتبط بأبعادها.

الجدول رقم (05): يبين معامل الارتباط بين البعد و المقياس

البعد	معامل الارتباط بين البعد والمقياس
التخطيط	**0,717
التقويم	**0,629
الفرد	**0,758
الاستراتيجية	**0,800

نلاحظ من الجدول رقم (05) أن الأبعاد الأربعة مرتبطة بالمقياس ارتباطا قويا ودال إحصائيا عند (0.01) وهذا يعني أن الأبعاد الأربعة التخطيط، المراقبة والتقويم، الفرد، الاستراتيجية، تقيس الخاصة ما وراء الذاكرة.

من خلال الجدولين رقم (04) ورقم(05) يتضح لنا أن المقياس يتمتع بصدق تناسق داخلي عال يمكن تطبيقه على عينة الدراسة الحالية.

وتم استخدام معامل ألفا كرونباخ لتحقيق ثبات هذه الأداة على عينة الدراسة الحالية والجدول التالي يوضح معامل الثبات لأبعاد المقياس

جدول رقم(06) يبين معامل ألفا كرونباخ لكل بعد.

البعد	معامل الفا كرونباخ
التخطيط	0,556
المراقبة والتقويم	0,557
الفرد	0,557
الاستراتيجية	0,622

نلاحظ من خلال حساب معامل ألفا كرونباخ لأبعاد مقياس ما وراء الذاكرة تمتاز بثبات يسمح بتطبيقه على عينة الدراسة الحالية.

3-4- مقياس التعب العصبي: تم استخدام مقياس زملة التعب العصبي للباحثة (بن يعقوب، 2010). يتكون المقياس في صورته النهائية من 45 عبارة يقابلها خمسة اختيارات (دائما)، (كثيرا)، (إلى حد ما)، (قليلا)، (أبدا)، تتم الإجابة عن كل بند باختيار بديل من خمسة بدائل اعتمادا على طريقة ليكارت خماسية النقاط التي تتراوح فيها الدرجة على كل بند من خمسة درجات بالنسبة لكثيرا جدا إلى درجة واحدة بالنسبة لأبدا، وقد تم عرض المقياس على عدد كبير من المحكمين من أساتذة علم النفس والصحة النفسية جزائرين وأجانب هذا إلى جانب إجراء التحليلات الاحصائية (تحليل محتوى البنود وحساب معامل ألفا التي أثبتت عدم صلاحية بعض العبارات مما أدى إلى استبعادها نهائيا من المقياس وتم الاحتفاظ فقط بالبنود التي تتمتع بصدق المحتوى وتناسق داخلي مرتفع، حددت الباحثة بعدين رئيسيين للمقياس يتمثلان في البعد النفسي والبعد الجسمي وهذا انطلاقا من الاطار النظري والدراسات السابقة، ونظرا لكون الأعراض النفسية هي أكثر تواترا عن بقية الأعراض فقد حظي البعد النفسي على درجة تكرار أعلى .ومن أجل التأكد من بعدي المقياس وضعت العبارات في النسخة الموجهة للمحكمين من أساتذة في علم النفس والصحة النفسية من جامعة الجزائر والجدول التالي يبين بعدي المقياس في صورتها النهائية وعدد بنود كل بعد .

جدول رقم (07) يبين أبعاد المقياس في صورتها النهائية وعدد بنود كل بعد.

الأبعاد	رقم البنود	عدد البنود
البعد النفسي(الأعراض النفسية)	1، 2، 3، 4، 5، 9، 16، 17، 22، 24، 26، 27، 29، 33، 35، 36، 37، 39، 41، 43، 44، 6، 11، 13، 18، 19، 14، 15، 20، 45.	30 بندا
البعد الجسمي(الأعراض الجسمية)	7، 8، 10، 12، 21، 23، 25، 28، 30، 31، 32، 34، 38، 40، 42.	15 بندا
المجموع		45 بندا

وفي هذه الدراسة قمنا بحذف 3 بنود وهي البند (10، 39، 40) لعدم ملائمتها لعينة الدراسة ليصبح عدد البنود 42 بند، كما يوضحها الجدول أدناه

جدول رقم (08) يبين أبعاد المقياس في الدراسة الحالية

الأبعاد	رقم البنود	عدد البنود
البعد النفسي (الأعراض النفسية)	1، 2، 3، 4، 5، 6، 9، 10، 12، 13، 14، 15، 16، 17، 18، 19، 21، 23، 25، 26، 28، 32، 34، 35، 36، 38، 40، 41، 42.	29 بندا
البعد الجسدي (الأعراض الجسمية)	7، 8، 11، 20، 22، 24، 27، 29، 30، 31، 33، 37، 39.	13 بندا
المجموع		42 بندا

وتحققت من صدق المقياس بعدة طرق هي: **صدق المحكمين**، حيث تم عرض المقياس على مجموعة من أساتذة علم النفس بكلية العلوم الانسانية والاجتماعية جامعة الجزائر وكانت نسبة الاتفاق بين 90% إلى 100% على صلاحية العبارات لقياس التعب العصبي . كما تحققت من صدق المقياس عامليا عن طريق الصدق العاملي حيث يعتبر هذا النوع من أهم أنواع الصدق، وقد لجأت الباحثة إلى هذا النوع من الصدق باستخدام التحليل العاملي على عينة التقنين امعانا في التأكد من مدى صلاحية المقياس لما وضع من أجله، وق قبلت البنود المشبعة على كل عامل من العاملين المفسرين التي لا تقل تشبعاتها عن 0.30، كما حسب ثبات المقياس بطريقة اعادة التطبيق أي قبل ان تشرع الباحثة في تطبيق المقياس على عينة التقنين، قامت بتجربته أولا على عينة استطلاعية من 62 طالبا وطالبة، وحسب معامل الثبات بطريقة التطبيق وإعادة التطبيق بفاصل زمني 15 يوم، وأسفرت نتائج هذا أن يتميز المقياس بثبات عال حيث بلغ معامل الثبات 0.78، بعد ذلك لجأت الباحثة إلى حساب الثبات بطريقتين **طريقة ألفا كرونباخ** وذلك باستخدام ألفا كرونباخ فسجل معامل ثبات يقدر ب (0.93) وهو معامل ثبات مرتفع و**طريقة التجزئة النصفية** وصحح الارتباط بمعادلة سييرمان براون للتجزئة النصفية، علما بأن تباينات النصفين متقاربة، فسجل معامل ثبات يقدر ب 0.87 بعد تصحيح الطول (بن يعقوب، 2010)

كما قامت الطالبة في هذه الدراسة بدراسة صدق وثبات مقياس التعب العصبي على عينة قوامها 60 تلميذ موهوب في مادة اللغة العربية .

صدق الاتساق الداخلي: حسب بنفس الطريقة المشار إليها في مقياس ما وراء الذاكرة.

وقد كانت النتائج على النحو الموضح في الجداول التالية :

الجدول رقم(09): يبين رقم العبارة ومعامل الارتباط بينها وبين المقياس وبينها وبين بعدها

الرقم	معامل الارتباط بين العبارة والمقياس	معامل الارتباط بين العبارة وبعدها	الرقم	معامل الارتباط بين العبارة والمقياس	معامل الارتباط بين العبارة وبعدها
1	**0.676	**0.694	22	**0.531	**0,547
2	**0.538	**0.494	23	**0.537	**0,589
3	**0.565	**0.561	24	**0.492	**0,623
4	**0.408	**0.441	25	**0.558	**0,607
5	**0.448	**0.374	26	**0.574	**0,402
6	*0.355	**0.394	27	**0.604	**0,557
7	**0.526	**0.601	28	**0.549	**0,545
8	**0.518	**0.601	29	**0.521	**0,446
9	**0.425	**0.465	30	**0.514	**0,601
10	**0.222	**0.465	31	**0.653	**0,719
11	**0.324	**0,399	32	**0.524	**0,597
12	0.183	*0,255	33	**0.530	**0,685
13	**0.397	**0,414	34	**0.353	**0,407
14	**0.584	**0,555	35	**0.485	**0,516
15	**0.412	**0,491	36	**0.471	**0,482
16	**0.541	**0,563	37	**0.635	**0,708
17	**0.511	**0,479	38	**0.679	**0,635
18	0.010	*0,078	39	**0.539	**0,607
19	**0.432	**0,386	40	**0.407	**0,429
20	**0.564	**0,709	41	**0.426	**0,390
21	**0.536	**0,524	42	**0.554	**0,549

نلاحظ من الجدول رقم (09) أن جميع الفقرات ترتبط بالمقياس وبأبعادها ارتباطا دال إحصائيا

عند (0.01) أو (0.05) مما يعني أن هذه العبارات تنتمي إلى المقياس وإلى أبعادها ما عدا العبارتين رقم

(12) و (18) فإنها لا ترتبط بالمقياس.

الجدول رقم (10): يبين معامل الارتباط بين البعد و المقياس

المعامل الارتباط بين البعد والمقياس	البعد
**0,972	النفسي
**0,906	الجسمي

نلاحظ من الجدول رقم (10) أن كلا البعدين مرتبط بالمقياس ارتباطا قويا ودال إحصائيا عند (0.01)، وهذا يعني أن البعدين النفسي والجسمي يقيسان الخاصة التعب العصبي.

من خلال الجدولين رقم (09) ورقم (10) يتضح لنا أن المقياس يتمتع بصدق تناسق داخلي عال .

تم استخدام معامل ألفا كرونباخ للتحقق من ثبات هذه الاداة على عينة الدراسة الحالية:

الجدول رقم(11): يبين معامل الفا كرونباخ حسب كل بعد

معامل ألفا كرونباخ	البعد
0,870	النفسي
0,843	الجسمي

نلاحظ من خلال حساب معامل ألفا كرونباخ لبعدي مقياس التعب العصبي تمتاز بثبات يسمح بتطبيق الأداة على عينة الدراسة الحالية .

4/ إجراءات تطبيق الدراسة الميدانية :

بعد أخذ الإذن من إدارة القسم ومدرية التربية بولاية ورقلة زارت الطالبة مدرء المؤسسات وقمت بمقابلة أساتذة اللغة العربية قصد تحديد التلاميذ الموهوبين في مادة اللغة العربية الذين يبدون مواهب في كتابة (الشعر، الخاطرة، الرواية) مهما كان تحصيلهم الدراسي كون ترشيح الأساتذة في التلميذ يعد أحد المعايير المعتمد عليها في انتقاء الموهوبين .

وبعد تحديد التلاميذ حسب الشروط التي وضعناها تم تطبيق اختبار raven للذكاء على عينة الدراسة، وقد اتبعت الطالبة لتطبيق الاختبار الخطوات الآتية :

- تم تعريف التلاميذ بالاختبار وهدفه والغاية منه.
- تم توزيع كراسات الاختبار وأوراق الإجابة والتأكيد على التلاميذ ملء بياناتهم الخاصة .
- تم شرح الاختبار وكيفية الاجابة على ورقة الاجابة.
- وبعد انتهاء كل تلميذ من الاجابة يتم التأكد من اجابة التلميذ على كل الاختبار وتسجيل زمن نهاية الاختبار.

وبعدها تم حساب الدرجات الخام لاختبار الذكاء لكل تلميذ وفق برنامج تصحيح اختبار raven للذكاء، تم تحويل الدرجات الخام الى درجات ميثينية، وجدنا أن الدرجة الميثينية 90 يقابلها الدرجة الخام 47، ولذلك استثنينا 30 تلميذ الذين حصلوا على درجة ميثينية أقل من 90 .

وبعدها تم تطبيق مقياس ما وراء الذاكرة والتعب العصبي على 60 تلميذ موهوبا في مادة اللغة العربية في موعد حدد سلفا مع ادارة كل متوسطة.

6/ أساليب المعالجة الاحصائية:

عالجت الطالبة البيانات احصائيا باستعمال برنامجي SPSS 20 و EXCEL2007، حيث استعملت برنامج SPSS 20 لإيجاد معامل الارتباط بيرسون ومعامل ثبات الفا كرونباخ.

كما استعملت برنامج EXCEL2007 لتصحيح أدوات الدراسة ببرمجة معادلة مناسبة لذلك بمساعدة الأستاذ المشرف. وبرمجة الأسلوب الاحصائي معادلة دلالة الفرق بين معاملات الارتباط في EXCEL2007 و في ما يلي تقديم لمعادلة دلالة الفرق بين معاملات الارتباط

$$\text{معادلة دلالة الفرق بين معاملات الارتباط} = \sqrt{\frac{z_1 - z_2}{\frac{1}{n_1 - 1} + \frac{1}{n_2 - 1}}}$$

حيث أن :

- ◀ z1: المقابل اللوغارتمي لمعادل الارتباط في المجموعة الأولى.
- ◀ z2: المقابل اللوغارتمي لمعادل الارتباط في المجموعة الثانية.
- ◀ ن1: العدد في المجموعة الأولى (1).
- ◀ ن2: العدد في المجموعة الثانية (2) .

الدلالة الاحصائية لمعادلة الفرق بين معاملات الارتباط :

إذا كانت القيمة الناتجة تقع بين 1.96 و 2.58 كان الفرق دالا عند 0.05.

من 2.58 فما فوق كان الفرق دالا عند 0.01، قل من 1.96 كان الفرق غير دال أي يقبل الفرض

الصغرى (أبو النيل، 1987، ص 246).

خلاصة الفصل:

في هذا الفصل تم إجراء الدراسة الميدانية والتي تتمثل في المنهج المتبع في الدراسة، ثم وصف الأدوات المستخدمة، وبعدها وصف لعينة الدراسة الأساسية ومنه إلى الأساليب الإحصائية المتبعة في الدراسة وأخيرا خطوات تطبيق الدراسة الأساسية والتي سوف نتطرق إلى نتائجها وتحليلها وتفسيرها في الفصل الموالي.

الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

تمهيد.

1- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الأولى.

2- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية.

3- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة

خلاصة ومقترحات الدراسة.

تمهيد :

تعرضنا في هذا الفصل لنتائج الدراسة ومناقشتها مشيرينا في هذا الصدد إلى مدى تحقق الأهداف والتساؤلات الخاصة بمشكلة البحث والتي سبق تحديدها وذلك لمحاولة تحقيق هدف البحث الأساسي وهو معرفة طبيعة العلاقة بين ما وراء الذاكرة والتعب العصبي لدى فئة الموهوبين في مادة اللغة العربية بمرحلة التعليم المتوسط .

أولاً: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الأولى:

نصت الفرضية على: لا توجد علاقة بين ما وراء الذاكرة والتعب العصبي لدى التلاميذ الموهوبين في مادة اللغة العربية .

قامت الطالبة بدراسة الفرضية الأولى باستخدام معامل الارتباط بيرسون بين درجات التعب العصبي ودرجات ما وراء الذاكرة والجدول التالي يبين نتائج الفرضية الأولى :

جدول رقم(12):يبين نتائج معامل الارتباط بيرسون

المتغيران	عدد الأفراد	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة
ما وراء الذاكرة و التعب العصبي	60	0.098	غير دال

نلاحظ أن معامل الارتباط بيرسون ($r = 0.098$) وهذا يعني أنه لا توجد علاقة بين ما وراء الذاكرة والتعب العصبي لدى التلاميذ الموهوبين في مادة اللغة العربية، ومنه نقبل الفرضية الأولى.

نتيجة هذه الدراسة جاءت مخالفة لما جاء في الفصول النظرية وهي كون التعب العصبي لم يعد مقتصرًا على فئة معينة من الناس بل أصبح يعاني منه الكثير من فئات المجتمع، ونظرا لكون الموهوبين أكثر الشرائح جدية وعملا بالاستراتيجيات المرتبطة بالذاكرة فإنهم بطبيعة الحال أكثر عرضة للإصابة بالتعب العصبي.

إلا أن الطالبة لم تتوصل إلى دراسة تدعم هذه النتيجة لدى يمكن تفسيرها على كون التعب العصبي لا يزال في مرحلة النشاط أو يمكن ارجاعها إلى أن أفراد العينة لديها تأقلم فعال مع المادة

المدرسة، كما يمكن ارجاعها إلى الخدمات التوجيهية والإرشادية المقدمة أو أنهم يتمتعون بمستوى عالي من الصحة النفسية، وكذا يمكن تفسيرها من خلال الاطلاع على خصائص الموهوبين وجد أنهم يظهرون مستوى عال من الطاقة الجسمية ولديهم طاقة زائدة باستمرار ويتمتعون بقسط وافر من الحيوية، كما أن الموهوبين يتميزون بالمرونة في التفكير والتكيف مع المواقف.

ثانياً: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية:

نصت الفرضية الثانية على: لاختلاف طبيعة العلاقة بين ما وراء الذاكرة والتعب العصبي لدى التلاميذ الموهوبين في مادة اللغة العربية باختلاف الجنس (ذكور/ اناث).

قامت الطالبة بدراسة الفرضية الثانية باستخدام معادلة دلالة الفروق ما بين معاملات الارتباط بين درجات ما وراء الذاكرة والتعب العصبي باختلاف الجنس والجدول التالي يبين نتائج الفرضية الثانية:

جدول رقم (13) : يبين نتائج معادلة دلالة الفروق ما بين معاملات الارتباط باختلاف الجنس ومستوى دلالاته.

المتغير	العدد	ر	ز	ز1- ز2	الخطأ المعياري	قيمة معادلة دلالة الفروق بين معاملات الارتباط	مستوى الدلالة	
							غير دالة	دالة
الجنس	اناث	46	0.22004	0.2237	0.337883	0.0317622286	غير دالة	0.01073
	ذكور	14	0.20981	0.21297				

حيث أن:

ر = معامل الارتباط بيرسون.

ز = المقابل اللوغارتمي.

نلاحظ أن قيمة معادلة دلالة الفروق ما بين معاملات الارتباط بين الجنسين بلغت (0.031) وهو فرق غير دال، وهذا يعني أنه لا تختلف طبيعة العلاقة بين ما وراء الذاكرة والتعب العصبي لدى التلاميذ الموهوبين في مادة اللغة العربية، ومنه تقبل الفرضية نتيجة لا تتفق مع دراسة أحمد عبد الخالق، سماح أحمد الذيب (2006) بعنوان: التعب المزمن وعلاقته بتقدير الذات والرضا عن الحياة لدى طلاب

المدارس الثانوية، حيث كان من بين نتائجها أن الطالبات أعلى جوهريا من الذكور في مقياس زملة التعب المزمن.

ويمكن تفسير عدم وجود اختلاف بين الجنسين إلى طبيعة الدراسة في المدرسة الجزائرية حيث للجنسين نفس المنهاج و بنفس الدروس بل ويجلس الذكور والإناث جنبا لجنب في فوج واحد ولا يوجد تفريق بينهما باعتبار طبيعة الاختلاف بين الجنسين كما أنه في القدرات العقلية ومن خلال الخلفية المعرفية لمجتمع الدراسة (الاسلامية) فعن النبي ﷺ يقول النساء شقائق الرجال.

ثالثا: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

نصت الفرضية على: لا تختلف طبيعة العلاقة بين ما وراء الذاكرة والتعب العصبي لدى التلاميذ الموهوبين في مادة اللغة العربية باختلاف المستوى .

دراسة الفرضية الثالثة تمت أيضا باستخدام معادلة دلالة الفروق ما بين معاملات الارتباط بين درجة التعب العصبي وما وراء الذاكرة لدى التلاميذ الموهوبين باختلاف المستوى والجدول التالي يبين نتائج الفرضية الثالثة:

جدول رقم (14) يبين نتائج معادلة دلالة الفروق ما بين معاملات الارتباط باختلاف المستوى الدراسي ومستوى دلالاته.

مستوى الدلالة	قيمة معادلة دلالة الفروق ما بين معاملات الارتباط	الخطأ المعياري	ز1- ز2	ز	ر	العدد	المتغير	المستوى
غير دالة	0.185935865	0.4031129	0.07591	0.25416	0.24883	13	1	
				0.17825	0.17639	18	2	
غير دالة	0.811964007	0.4031129	0.32731	0.25416	0.24883	13	1	
				0.58147	0.52374	19	3	
غير دالة	0.79324036	0.4928054	0.39091	0.25416	0.24883	13	1	
				-0.1368	-0.1359	10	4	
غير دالة	1.121935997	0.3593976	0.40322	0.17825	0.17639	18	2	
				0.58147	0.52374	19	3	
غير دالة	0.688178214	0.4577377	0.31501	0.17825	0.17639	18	2	
				-0.1368	-0.1359	10	4	
غير دالة	1.584916479	0.4531635	0.71823	0.58147	0.52374	19	3	
				-0.1368	-0.1359	10	4	

نلاحظ أن قيمة معادلة دلالة الفروق ما بين معاملات الارتباط بين مستوى سنة أولى وثانية بلغت (0.17)، وبين مستوى أولى وثالثة بلغت (0.58)، وبين مستوى أولى والرابعة بلغت (0.79) وهي فروق غير دالة، كما بلغت قيمة معادلة دلالة الفروق بين معاملات الارتباط بين مستوى سنة ثانية والثالثة (1.12)، وبين مستوى السنة الثانية والرابعة (0.68)، وبلغت بين مستوى الثالثة والرابعة (1.58)، وهي فروق غير دالة ومنه نقبل الفرضية الثالثة.

لم تتوصل الطالبة كذلك إلى دراسة تدعم هذه النتيجة لدى يمكن تفسير نتيجة هذه الدراسة على أنه لا يوجد فروق في تقديم الخدمات التعليمية والإرشادية والتوجيهية للتلاميذ في جميع المستويات.

خلاصة ومقترحات

الدراسة

خلاصة:

بعد استعراض موضوع الدراسة اتضحت جليا متغيرات الدراسة وخلفياتها النظرية، فما وراء الذاكرة هي ادراك الفرد لعملياته المعرفية وقدرته على التخطيط لها وإدارة تلك العمليات بالتنظيم والمراقبة أثناء الأداء، وأهوي المعرفة والمراقبة الذاتية للذاكرة خاصة أثناء تأدية المهام التذكيرية، كما تناولت الدراسة أيضا التعب العصبي وهو: هو مجموعة الأعراض النفسية الجسمية الناجمة عن استنفاد الطاقة في الخلايا العصبية، وفي دراستنا هذه التي تناولنا فيها علاقة ما وراء الذاكرة بالتعب العصبي فقد خلصت نتائجها إلى أنه :

- لا توجد علاقة بين ما وراء الذاكرة والتعب العصبي لدى التلاميذ الموهوبين في مادة اللغة العربية.
- لا تختلف طبيعة العلاقة بين ما وراء الذاكرة والتعب العصبي باختلاف الجنس (ذكور/ اناث).
- لا تختلف طبيعة العلاقة بين ما وراء الذاكرة والتعب العصبي باختلاف المستوى (1، 2، 3، 4).

تفتح نتائج هذه الدراسة افاقا لدراسة مستقبلية تقترح الطالبة منها :

- القيام بدراسة مماثلة على مراحل التعليم الثانوي والجامعي.
- اجراء المزيد من الدراسات التي تثري المجال وتعالج جوانب القصور فيه .
- دراسة ما وراء الذاكرة لدى فئة الموهوبين وعلاقتها بمتغيرات أخرى.
- القيام بدراسات أخرى على موهوبين للكشف عن مشكلاتهم خاصة مشكلات في المدرسة ومشكلات الأسرة، مشكلات التردد والصراع في مواقف الاختيار الدراسي والمهني.

كما توجه الطالبة المقترحات الاتية للقائمين على العملية التربوية :

- الاهتمام بفئة الموهوبين والقيام بإعداد برامج للوقاية من التعب العصبي والحفاظ على الصحة النفسية والجسمية، وكذا ضرورة وجود برامج ارشادية.
- اعداد برامج تعليمية وتربوية خاصة تلبى حاجاتهم الفريدة، لأن بعض الموهوبين قد يتسربون من المدارس لأن النظم التربوية والاجتماعية تتجاهلهم.
- ابتكار اراء وطرق جديدة تنمي التفكير لديهم، وتوفير مناخ ايجابي دائم للتميز والإبداع ومساعدتهم على تحمل الصعوبات وتجارب الفشل.
- التكامل بين الأسرة والمدرسة في التكفل بالموهوب.

قائمة المراجع

المراجع.

- 1- أبو النيل، محمود السعيد(1987). الاحصاء النفسي والاجتماعي والتربوي، بيروت: دار النهضة.
- 2 - أبو جادو، صالح، محمد علي، بكر نوفل(2007). تعليم التفكير النظرية والتطبيق، ط1، عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.
- 3- أبو حلاوة، محمد السعيد(2009). طبيعة ما وراء المعرفة، مجلة أطفال الخليج، كلية التربية بدمنهور، جامعة الاسكندرية، أطلع عليه مباشرة بتاريخ 25 /12 /2015 من <http://www.gulfkids.com/pdf/Halawah32.pdf>
- 4- أبو غزال، معاوية(2008). العلاقة بين ما وراء الذاكرة ودافعية الانجاز الأكاديمي لدى طلبة جامعة اليرموك، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، أطلع عليه مباشرة بتاريخ 2015/12/01 من [http://www pdfactory.com](http://www.pdfactory.com)
- 5- السبائين، أحمد(2006). دراسة مقارنة لمستوى مهارات التفكير فوق المعرفي بين الطلاب الموهوبين وأقرانهم العاديين بالمرحلة المتوسطة في مدارس مكة المكرمة، رسالة ماجستير، كلية الدراسات التربوية العليا، جامعة عمان العربية.
- 6- امام مصطفى سيد، صلاح الدين، حسين، الشريف(2000). مدى فاعلية برنامج تدريبي لإستراتيجية ما وراء الذاكرة عند الاستذكار أثره في التحصيل الأكاديمي واتجاهات الطلبة المعرفية نحو الاستراتيجية، مجلة كلية التربية، جامعة أسيوط، 1 (16).
- 7- امام مصطفى سيد، صلاح الدين، حسين، الشريف(1999). ما وراء الذاكرة استراتيجيات التذكر، اساليب الاستذكار والحمل العقلي وعلاقتها بالتحصيل الأكاديمي لدى طلبة كلية التربية، مجلة كلية التربية، جامعة أسيوط، 2 (15).
- 8- العتوم، عدنان يوسف(2004). علم النفس المعرفي النظرية والتطبيق، عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
- 9- الزغلول، رافع النصير، الزغلول، عماد عبد الرحيم(2003). علم النفس المعرفي المعاصر، عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع .

- 10- الشرقاوي، أنور محمد(2003). علم النفس المعرفي المعاصر، ط2، القاهرة: المكتبة الأنجلو المصرية.
- 11- النجار، حسني زكرياء السيد(2007). أثر برنامج تدريبي لما وراء الذاكرة على عمليات الذاكرة وبعض استراتيجيات تجهيز المعلومات لدى تلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة كفر الشيخ.
- 12- الكيال، مختار أحمد(2006). أثر مقدار معلومات ما وراء الذاكرة في فاعلية وتعميم استخدام المتعلم لاستراتيجيات التعلم المعرفية، دراسة تجريبية، المؤتمر السابع للبحوث بجامعة الامارات العربية المتحدة، روتانا العين، أطلع عليه مباشرة بتاريخ 2015/12/19 من <http://28k.sra.ueau.ac.ae/conference/proceedings/humanities.htm>
- 13- الصيخان، ابراهيم سالم(2010). الاضطرابات النفسية والعقلية (الأسباب والعلاج)، ط1، عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع.
- 14- الزيات، مصطفى فتحي(1996). الأسس المعرفية للتكوين العقلي وتجهيز المعلومات، ط1، المنصورة: دار الوفاء للطباعة والنشر.
- 15- المشاعلة، مجدي(2002). تأثير التعليم بمساعدة الحاسوب في تنمية مهارات ما وراء الذاكرة في تحصيل الطلبة في مادة التربية الاسلامية واتجاهاتهم نحو التعلم بالحاسوب، رسالة دكتوراه، جامعة عمان العربية للدراسات العليا، عمان الأردن.
- 16- الجراح، عبد الناصر ذياب(2009). ما وراء الذاكرة لدى عينة من طلبة جامعة اليرموك في ضوء متغيرات الجنس وقلق الاختبار والتحصيل الدراسي، مجلة الشارقة للعلوم الانسانية والاجتماعية، كلية التربية، جامعة اليرموك، أطلع عليه مباشرة بتاريخ 2016/02/15 من www.pdfactory.com.
- 17- بشارة، موفق والعطيات، خالد(2010). أثر مقدار المعلومات في تنمية ما وراء الذاكرة لدى عينة من الطلبة الجامعيين، مجلة جامعة النجاح للأبحاث العلوم الانسانية.
- 18- بن ساسي، عقيل(2013). البناء العاملي لمقياس ما وراء الذاكرة لدى طلبة العلوم الإنسانية و الاجتماعية، الملتقى الوطني الثالث لقياس النفسي، جامعة مستغانم.

- 19- بن يعقوب، نعيمة(2013). التعب العصبي مرض العصر التفسير الفزيوكيميائي للتعب العصبي، المؤسسة العربية للاستشارات العلمية وتنمية الموارد البشرية، مجلة عالم التربية، العدد 42، القاهرة.
- 20- حماد، ابراهيم مصطفى (2008). مساق الاختبارات النفسية (عملي) اختبار جون رافن، قسم علم النفس بالجامعة الاسلامية غزة.
- 21- خير الدين علي، عويس(1999). دليل البحث العلمي، القاهرة: دار الفكر العربي.
- 22- روبرت، سولسو(1996). علم النفس المعرفي: ترجمة محمد نجيب وآخرون، الكويت: دار الفكر الحديث.
- 23- روبي، محمد(2014). فعالية برنامج علاجي قائم على تعديل الأفكار اللاعقلانية في خفض زملة التعب العصبي، مجلة البحوث والدراسات الانسانية، العدد 9.
- 24- زكري، نوال بنت محمد عبد الله(2008). ما وراء الذاكرة واستراتيجيات التذكر ووجهة الضبط لدى عينة من الطالبات المتفوقات دراسيا والعاديات، مذكرة مكملة لنيل شهادة ماجستير، جامعة أم القرى.
- 25- زرواتي، رشيد(2002). تدريبات على منهجية البحث في العلوم الاجتماعية، ط1، الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
- 26- مجدي، عزيز ابراهيم(2005). التفكير من منظور تربوي، ط1، القاهرة: عالم الكتب للنشر والتوزيع.
- 27- نجاتي، أمل سليمان حافظ(2002). ما وراء الذاكرة والعزو السببي وعلاقتها بالاستدعاء، مذكرة مكملة لنيل شهادة ماجستير، كلية التربية، جامعة كفر الشيخ.
- 28- نافز، أحمد عبد بقيعي(2013). ما وراء الذاكرة والمرونة المعرفية لدى طلبة السنة الجامعية الأولى، المجلد 14 العدد 3، قسم التربية وعلم النفس.
- 29- عيسى، ماجد محمد عثمان(2004). أثر برنامج تدريبي لما وراء الذاكرة على أداء الأطفال غير المنتجين للإستراتيجيات، رسالة دكتوراه، كلية التربية بالقاهرة، جامعة الأزهر.
- 30- عبد الله، محمد قاسم(2003). سيكولوجية الذاكرة، الكويت: عالم المعرفة.
- 31- عسكر، علي(2000). ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها، ط2، الكويت: دار الكتاب الحديث.

- 32- عبد الخالق، أحمد والذبيب أحمد، سماح (2006).التعب المزمن وعلاقته بتقدير الذات والرضا عن الحياة، مؤتمر الدولي الثالث لكلية العلوم الاجتماعية (العلوم الاجتماعية)، الكويت.
- 33- فوقيه، عبد الفتاح(2005). علم النفس المعرفي بين النظرية والتطبيق، ط1، القاهرة: دار الفكر العربي.
- 34- فتون، محمود خرنوب(2015). في علم النفس المعرفي(ما وراء الذاكرة)، ط1، عمان: مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع.
- 35- سكر، حيدر كريم(2006). ما وراء الذاكرة وعلاقتها بوجهة الضبط لدى طلبة الجامعة، مجلة البحوث التربوية والنفسية، العدد 33، كلية التربية، جامعة المصتنصرية.
- 36- سلامة، محمد السعيد(2010). الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بزملة التعب المزمن والأمل لدى المراهقين، كلية الأدب، جامعة تعز.

المراجع باللغة الأجنبية:

- 37- Freudenberger, H. (1994) . staff Burnout. *Journa of Social Issues*, 50
Retrieved from <http://www.ied.edu.hk/>
- 38 - Rehman, F. (2011). Assessment of Science Teachers Meta -Congitive Awareness and its impact on the performance of students .Unpublished doctoral dissertation, Allama Iqbal Open University, Islamabad
Retrieved from <http://www.academicjournals.org/ERR>
- 39- World health organization (WHO) (1993). The ICD10 classification of mental and behavioral disorders : diagnostic criteria for research – who : Genere
40-(<http://wessam.allgoo.us/t13553-topic>).4/01/2016 a 10:15.

الملاحق

ملحق رقم (02): مقياس ما وراء الذاكرة : إعداد د. عقيل بن ساسي.



جامعة قاصدي مرباح ورقلة
كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية
قسم علم النفس و علوم التربية



عزيزي التلميذ، عزيزتي التلميذة: في ايطار انجاز مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي والموسومة ب: ما وراء الذاكرة وعلاقتها بالتعب العصبي لدى التلاميذ الموهوبين في مادة اللغة العربية (مرحلة التعليم المتوسط).

أضع بين يديك مجموعة من العبارات تصف الحالات التي يمر بها الأفراد أثناء عملية التذكر و المطلوب منك قراءتها جيدا و تخيل أنك في هذا الموقف (عملية تذكر) لتصف طريقتك في التذكر، ولا تعتقد أنه ينتظر منك إجابة محددة لأنه لا توجد إجابة صحيحة و أخرى خاطئة و إنما لكل فرد طريقة التذكر الخاصة به، و الاجابة المعتبرة تتم بوضع علامة (X) في الخانة التي تنطبق عليك، كما أن إجابتك بشكل فعال تعتبر مساهمة منك في إثراء البحث العلمي. وفيما يلي مثال يوضح لك طريقة الإجابة.

مثال توضيحي:

بعد قراءة العبارة: "عندما يكلفني الأستاذ ببحث أضافي أشعر بالضيق"

إذا كانت الحالة السابقة تحدث معك في أوقات نادرة فإن إجابتك تكون كالاتي:

العبرة	تنطبق علي دائما	تنطبق علي غالبا	تنطبق علي أحيانا	لا تنطبق علي أبدا
عندما يكلفني الأستاذ ببحث أضافي أشعر بالضيق.				×

قبل الإجابة على العبارات في الصفحات أرجو منك ملأ المعلومات الآتية بعناية:

معلومات شخصية:

الجنس: ذكر ؛ أنثى .

المستوى: 1 () ، 2 () ، 3 () ، 4 () متوسط.

لا تنطبق علي أبدا	تنطبق علي نادرا	تنطبق علي أحيانا	تنطبق علي غالبا	تنطبق علي دائما	العبارات
					1. قبل الشروع في مهمة تذكر مقصودة (حفظ قصيدة مثلا) أضع خطة لإنجاز هذه المهمة.
					2. عندما يصعب علي حفظ معلومات ما أشجع نفسي علي المثابرة حتى أحفظها.
					3. قبل الشروع في مهمة تذكر مقصودة أحدد الصعوبات التي يمكن ان تواجهني.
					4. أعتقد أن ذاكرتي قوية.
					5. أستعمل استراتيجية التسميع الذهني التكاملي (اسمع نفسي مع التركيز على المعنى و التفاصيل) لتذكر الأشياء.
					6. عندما (أسمع، أقرأ، أقابل) شخصية جديدة أربطها بأسماء أشخاص أعرفهم ليسهل علي تذكرها.
					7. أضع المعلومات في قالب (شعري، أو غنائي) ليسهل علي تذكرها.
					8. أعتقد أن قدرتي علي التذكر أحسن من زملائي.
					9. قبل الشروع في مهمة تذكر مقصودة أختار الاستراتيجية المناسبة لذلك.
					10. أستعمل كلمات (مثل: استاذة)، أخي(تي)، صاحبي(تي)،

				الجميل(ة)، ...) عند لقاء شخص نسيت اسمه.
				11. أراقب بين حين و آخر مدى تقدمي في مهمة تذكر مقصودة.
				12. أرمز للمعلومات ليسهل عليا حفظها كأن أضع كلمة(مذكره) للدلالة على الأحرف الأولى لزعماء المناطق الخمسة للثورة، م:مصطفى بن بولعيد، د:ديدوش مراد، ك:كريم بلقاسم، ر:رابح بيطاط، هـ: بن مهدي.
				13. اعتقد أن باستطاعتي تحسين ذاكرتي.
				14. قبل الشروع في مهمة تذكر مقصودة أعدد الفوائد الناتجة عن انجاز المهمة بنجاح.
				15. أحدد الوقت الكافي لحفظ معلومات ما.
				16. عندما أنسى المكان الذي وضعت فيه شيئا ما أعيد ذهنيا المراحل التي مررت بها لأتذكر موضعه.
				17. أبتكر صورا ذهنية لتذكر الأشياء كأن أربط بين صورة شخص وصورة ذهنية تدل على اسمه.
				18. أقيم بين الحين و الآخر فاعلية الاستراتيجية التي اخترتها لمهمة التذكر.
				19. تواجهني مشكلات في تذكر الكلمة المناسبة أثناء حديثي.
				20. أضع المعلومات في شكل أسئلة ليسهل علي تذكرها.
				21. أشعر أن ذاكرتي آخذة في النقصان.
				22. عندما لا أكمل قراءة(كتاب، قصة، مجلة...) أستطيع تذكر

					المكان الذي توقفت عنده دون وضع علامة ما.
					23. عند الشروع في مهمة تذكر مقصودة أسأل نفسي لماذا اخترت هذه الاستراتيجية دون غيرها؟.
					24. بعد الانتهاء من مهمة تذكر مقصودة أقيم أدائي.
					25. انا غير راض عن أداء ذاكرتي.

ملحق رقم (03) : مقياس زملة التعب العصبي اعداد الدكتورة بن يعقوب نعيمة(2015).

تعليمية المقياس: اليك مفردات تعبر عما نشعر به في حياتنا اليومية المرجو منك قراءة كل

عبارة ثم وضع علامة (x) أمام الاختيار المناسب كما يلي:

أ- إذا كانت المفردة تعبر عما تشعر به دائما فضع علامة (x) أمام دائما.

ب- إذا كانت المفردة تعبر عما تشعر به كثيرا فضع علامة (x) أمام كثيرا.

ج - إذا كانت المفردة تعبر عما تشعر به إلى حد ما فضع علامة (x) أمام إلى حد ما.

د- إذا كانت المفردة تعبر عما تشعر به قليلا فضع علامة (x) أمام قليلا.

هـ- إذا كانت المفردة تعبر عما تشعر به أبدا فضع علامة (x) أمام أبدا.

من فضلك لا تترك عبارة بدون الاجابة عليها لا توجد اجابة صحيحة وأخرى خاطئة وإنما الاجابة

الصحيحة هي التي تعبر عما تشعر به، ومعلوماتك مكفولة السرية .

ابدأ	قليلا	إلى حد ما	كثيرا	دائما	العبارات
					1 تراودني أفكار بان هناك من يريد لي الشر
					2 أعاني من القلق
					3 أشعر بالخوف
					4 أشعر بالحزن
					5 أعاني من بعض اللزمات(حركات غير إرادية)
					6 أخاف من الأماكن المزدحمة
					7 أشعر بالدوخة
					8 أعاني من نقصان في الشهية
					9 أجد صعوبة في تذكر الأشياء
					10 أعيد تنظيف الأشياء عدد معين من المرات مثل غسل اليدين أو الأواني أو الملابس
					11 أعاني من الإمساك
					12 أخاف من الأماكن المغلقة
					13 اشعر أنني مجبر على عد أشياء معينة كاعد أعمدة الكهرباء في الشارع أو درجات السلم في البيت
					14 اسمع أصوات لا يسمعا غيري
					15 أشعر بالملل
					16 أجد صعوبة في التركيز
					17 أخاف من الإصابة بالمرض
					18 أشعر أنني مجبر على تفقد بعض الأشياء عدة مثل التأكد من إغلاق الغاز أو الباب
					19 تراودني أفكار متعلقة بالانتحار
					20 أعاني من مشاكل في النوم
					21 أشعر بنقص في الحيوية
					22 أعاني من تسارع ضربات القلب

					أجد سلوكي عنيفا	23
					أعاني من الام في الظهر	24
					أعاني من النفرة لأتقه الأسباب	25
					أجد صعوبة في تذكر الأشياء المهم في حياتي	26
					أشعر بالحاجة للراحة لأقل مجهود	27
					مزاجي سيء	28
					أشعر بطنين في الأذن	29
					لا أتحمل الضوء (الحساسية للضوء)	30
					أحس بالتعب الجسمي	31
					أتوقع حدوث أمور غير سارة	32
					أعاني من الأم في المفاصل	33
					أشعر بانخفاض الثقة بالنفس	34
					أجد صعوبة في التواصل مع الآخرين	35
					أجد سلوكي عدوانيا	36
					أشعر بالصداع	37
					أشعر أنني مرهق نفسيا	38
					أعاني من صعوبات في التنفس	39
					أعتقد أن لدي نظرة سلبية للأشياء	40
					لا أتحمل أدنى ضجيج (الحساسية للضجيج)	41
					أرى أشياء لا يراها غيري	42

تأكد من إجابتك عن جميع العبارات و شكرا على حسن تعاونك.