# مهارة تنظيم الدراسة واهميتها في النجاح الأكاديمي للطالب من وجهة نظر طلاب كلية التربية قصر بن غشير نموذجا

**د. خيرية مسعود الرابطي**
**أستاذ مساعد/ قسم معلم فصل كلية التربية قصر بن غشير جامعة طرابلس**

**الملخص:**

يهدف هذا البحث للتعرف على على مفهوم مهارة تنظيم الدراسة، وأهميتها في النجاح الأكاديمي للطلاب، والكشف عن تأثير مهارة تنظيم الدراسة في النجاح الأكاديمي للطلاب، **واستخدمت** الباحثة المنهج الوصفي التحليلي الذي تحاول من خلاله وصف الظاهرة أي موضوع البحث، تم اختيار عينة البحث بطريقة عشوائية بسيطة من مختلف الأقسام الموجودة في الكلية، وتم اختيار العينة بنسبة (43%) من مجتمع الدراسة، وقد بلغ عددها (82) طالب وطالبة، وكانت اهم النتائج كالتالي:

1 – أكدت نتائج البحث على درجة وعي الطلاب بأهمية مهارة تنظيم الدراسة باعتبارها من أهم المهارات الدراسية الأساسية للطالب، لتحقيق النجاح الأكاديمي.
2 - بينت نتائج البحث أن الدعم من قبل الأسرة والأصدقاء يؤثر إيجابيا على قدرة الطالب في اكتساب المهارات التنظيمية في الدراسة، وإدارة الوقت والاستفادة القصوى منه.
3 - كما أكدت نتائج البحث على الدور الحيوي والفعال لصحة النفسية، والجسدية، والعقلية في تحسين تركيز وانتباه الطلاب في دراستهم.

**المقدمة:**

تعد مهارة تنظيم الدراسة من المهارات الأساسية التي يجب أن يتحلى بها الطالب الجامعي، وكذلك تلعب دورا كبيرا وحاسما في تحقيق النجاح الأكاديمي لدى الطلاب، فهي عملية تحتاج إلى تخطيط ووضع استراتيجية لإدارة الوقت، ووضع خطط دراسية فعالة، وأيضا اختيار المصادر الرئيسية بفعالية في ظل التحديات المتزايدة في المناهج، والمتطلبات الدراسية الاكاديمية، وبذلك تصبح مهارة تنظيم الدراسة أكثر أهمية من أي وقت مضى، حتى يتحصل الطالب على أفضل النتائج، ويقلل من التوتر، والضغوط الناجمة من الدراسة.

أن مهارة تنظيم الدراسة ليس مجرد توزيع الوقت بين المواد الدراسية المختلفة، بل هو نظام شامل يشمل وضع أهداف واضحة، وتحديد الأولويات، واستخدام التقنيات الحديثة، ووضع جداول زمنية وقوائم، وذلك لتسهيل العملية التعليمية والتعلمية، وتعزيز من قدراتهم على استيعاب المعلومات بشكل أعمق وأسرع.

ومن خلال هذا البحث سوف نتناول مفهوم مهارة تنظيم الدراسة، واهميتها، واستراتيجياتها، والعوامل المؤثرة في فعالية مهارة تنظيم الدراسة وكيفية اكتسابها، والتحديات التي يواجها الطلاب في تنظيم الدراسة، وأيضا في هذا البحث سوف نوضح الأثر الإيجابي لهذه المهارة على الأداء الأكاديمي لدى الطلاب الذي يعزز من قدرتهم على تحقيق أهدافهم التعليمية والمهنية.

وسوف تقدم الباحثة جملة من التوصيات والمقترحات لطلاب وأعضاء هيئة التدريس على حد سواء لمساعدتهم في اكتساب هذه المهارة، وتنفيذها بفعالية، حتى يكون قادرين على التكيف مع متطلبات العلم الحديثة، وتحقيق التقدم الأكاديمي المتميز.

**مشكلة البحث:**

تعتبر مهارة تنظيم الدراسة واحدة من الركائز الأساسية لتحقيق النجاح الأكاديمي في حياة الطالب الجامعي، وعلى الرغم من أهمية هذه المهارة في تقدم الطالب أكاديميا إلا أن توجد صعوبة في تطبيقها بفعالية، نتيجة وجود مجموعة من الصعوبات، ونذكر منها عدم قدرة الطالب على التخطيط في إدارة الوقت، وضعف قدرته على استخدام الأدوات التنظيمية المناسبة.

أن من ضمن التحديات الكبرى التي تواجه الطلاب في المراحل التعليمية هي مهارة تنظيم الدراسة وقد اثبت العديد من الدراسات والبحوث أن عدم التنظيم الجيد لدراسة ، وإدارة الوقت يمكن أن يؤدي إلى تراجع الأداء الأكاديمي ، وزيادة التوتر ، والاجهاد النفسي مما يؤثر على النجاح الأكاديمي الذي يطمح إليه الطالب ، هذا ما أكدته دراسة (امجاد القرشي :2021 ،) كما ترجع أسباب المشكلة في عدم اكتساب مهارة تنظيم الدراسة وأيضا ترجع إلى قلة الوعي بأهمية تنظيم الوقت ، مما يؤدي إلى تراجع الأداء الأكاديمي لدى الطلاب (الرحيمي ، الماريني : 2014) ، كما ترجع أيضا إلى استخدام تقنيات غير فعالة يؤدي ذلك إلى زيادة معدلات التوتر والاجهاد النفسي (ايناس أكرم أحمد الحناوي : 2011، ص 38) ، وأيضا من ضمن أسباب مشكلة البحث هو الضغط الأكاديمي والمشتتات (الغراز وآخرون : 2009 ص 206) .

**ومن هنا** تدعو الحاجة إلى تحليل كيفية اكتساب الطلاب لهذا النوع من المهارات، وتعزيزها بينهم، وفهم التحديات والعوامل المؤثرة التي تواجههم في تطبيقها بفعالية.

**وإشارة لما سبق** فإن مشكلة البحث تكمن في (التعرف على مهارة تنظيم الدراسة وأهميتها في النجاح الأكاديمي لطلاب من وجهة نظر طلاب كلية التربية قصر بن غشير).

**أهمية البحث:**

تكمن أهمية البحث في الآتي:

1 - يناقش هذا البحث كيفية اكتساب مهارة تنظيم الدراسة، وأهميتها في الأداء والنجاح الأكاديمي لدى الطلاب الجامعين، وتوضيح الدور المميز الذي تقوم به هذه المهارة في تحقيق الأهداف التعليمية، وتحسين جودة التعلم لدى الطالب الجامعي، ومخرجات التعليم. (مريم عويني :2018 ص21 ).

2 – كما يسعى البحث إلى تسليط الضوء على ضرورة تعليم وتنمية مهارة تنظيم الدراسة لدى الطلاب كجزء أساسي من العملية التعليمية، وكذلك التعرف على مساهمتها في بناء شخصية الطالب القادر على التعامل مع التحديات الحياة الدراسية والمهنية بنجاح ، وأن هناك علاقة إيجابية قوية بين مهارة تنظيم الدراسة والأداء الاكاديمي ، حيث أن الطلاب الذين يمتلكون هذه المهارة يحققون درجات أعلى ، ويشعرون بضغط أقل في فترة الامتحانات هذا ما أكدت عليه دراسة (النيل وآخرون :2006 ص ص369 – 398).

3 – يوضح البحث الدور الذي تلعبه هذه المهارة في تطوير المهارات الحياتية الأساسية، وكذلك في التوازن بين الدراسة والحياة الشخصية مثل تعزيز الثقة بالنفس، وإدارة الوقت، وتحديد الأولويات، وحل المشكلات.

ومن خلال هذا البحث نؤكد على أن أهمية التي تتميز بها مهارة تنظيم الدراسة لا تكمن في تحسين الأداء الأكاديمي والوصول إلى النجاح بل هي منهجية حياتية تسهم في بناء شخصية الطالب تتميز بتكاملية والاستقلالية، وقادرة على مواجهة التحديات، وتحقيق النجاح في مختلف مجالات الحياة.

**أهداف البحث:**

يهدف البحث إلى تحقيق الآتي:

1 – التعرف على مفهوم مهارة تنظيم الدراسة، وأهميتها في النجاح الأكاديمي للطلاب.

2 – الكشف عن تأثير مهارة تنظيم الدراسة في النجاح الأكاديمي للطلاب.

3 – استعراض أبرز الاستراتيجيات الأكثر فعالية لتحسين مهارة تنظيم الدراسة للطلاب.

4 – ذكر العوامل المؤثرة في فعالية مهارة تنظيم الدراسة، والتحديات التي تواجه الطلاب في تنظيم دراستهم.

5 – التعرف على وجهات النظر لطلاب كلية التربية قصر بن غشير حول مهارة تنظيم الدراسة، وأهميتها في النجاح الأكاديمي لديهم.

**تساؤلات البحث:**

يسعى البحث للإجابة على التساؤلات التالية:

1 – ما مفهوم مهارة تنظيم الدراسة؟ وما أهميتها في النجاح الأكاديمي للطلاب؟

2 – ما تأثير مهارة تنظيم الدراسة على النجاح الأكاديمي لدى الطلاب؟

3 – ما هي أبرز الاستراتيجيات الأكثر فعالية لتحسين مهارة تنظيم الدراسة لدى الطلاب؟

4 – ما العوامل المؤثرة في فعالية مهارة تنظيم الدراسة، والتحديات التي تواجه الطلاب في تنظيم دراستهم؟

5 – ماهي وجهات النظر لطلاب كلية التربية قصر بن غشير حول مهارة تنظيم الدراسة وأهميتها في النجاح الأكاديمي؟

**منهج البحث:**

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي الذي تحاول من خلاله وصف الظاهرة أي موضوع البحث (مهارة تنظيم الدراسة واهميتها في النجاح الأكاديمي للطالب) من وجهة نظر طلاب كلية التربية قصر بن غشير، وتحليل البيانات.

**مجتمع البحث:**

يتكون مجتمع البحث من طلاب كلية التربية قصر بن غشير.

**عينة البحث:**

تم اختيار عينة البحث بطريقة عشوائية بسيطة من مختلف الأقسام الموجودة في الكلية، وتم اختيار العينة بنسبة ( 43%) من مجتمع الدراسة ، وقد بلغ عددها ( 82) طالب وطالبة .

**أداة البحث:**

استخدمت الباحثة الاستبيان كأداة للبحث، التي سوف يتم من خلاله جمع إجابات المبحوثين على عبارات الاستبيان التي تدور حول موضوع البحث.

**حدود البحث:**

تتمثل حدود البحث في الآتي:

**الحدود الموضوعية:** وهي التعرف على مهارة تنظيم الدراسة وأهميتها في النجاح الأكاديمي للطالب من وجهة نظر طلاب كلية التربية قصر بن غشير.

**الحدود البشرية:** طلاب كلية التربية قصر بن غشير.

**الحدود المكانية:** كلية التربية قصر بن غشير.

**الحدود الزمنية:** خريف (2024 ) .

**مصطلحات البحث:**

**مهارة تنظيم الدراسة:**

عرفت على أنها "مجموعة من الأنشطة المنظمة التي يقوم بها الطالب بهدف تحسين تحصيله الدراسي، وتشمل هذه الأنشطة وضع الخطط الدراسية اليومية، تحديد الأهداف القصيرة والطويلة الأجل، ومراجعة الدروس بانتظام ". (عبد الرحمن الدخيل وآخرون :2017، ص60)

**التعريف الإجرائي:**

تعرف الباحثة مهارة تنظيم الدراسة إجرائيا على أنها: جملة من الإجراءات والخطط الاستراتيجية التي يضعها الطالب لنفسه لتنظيم وتحديد أوقات دراسته بطريقة فعالة للحصول على أفضل النتائج، وتحقيق نجاحه الأكاديمي.

**النجاح الأكاديمي:**

يعرف على أنه " إنجاز مرتبط باكتساب الطالب الجامعي جملة من المعارف والمعلومات العلمية والثقافية بمختلف أنواعها، وأشكالها، ويتم تحقيق هذا الإنجاز من خلال المشاركة الفعالة في البرامج والأنشطة التعليمية والتعلمية المختلفة، والتي تهدف إلى اكتساب المعرفة، والخبرة المباشرة وغير مباشرة، والإصرار، والاستمرارية على المثابرة، والاجتهاد لتحقيق نتائج التعلم الفعال، وتميز أكاديمي عالي ". (حسين شبيب – إبراهيم عبد الواحد: 2020 ، ص 35)

**التعريف الإجرائي:**

تعرف الباحثة النجاح الأكاديمي إجرائيا بأنه: هو ثمرة الجد، الاجتهاد، والمثابرة، والتقدم والتميز لدى الطالب في دراسته، والمجهودات، والدعم المقدم له من المؤسسة التعليمية، والدعم الأسري التي قام بها خلال مراحل دراسته، من أجل الوصول إلى الهدف وهو النجاح الأكاديمي.

**الدراسات السابقة:**

**1– دراسة (سالم الرهيمي ، توفيق المارديني : 2014) بعنوان :أثر إدارة الوقت في التحصيل الأكاديمي للطلبة بجامعة إربد الأهلية (دراسة ميدانية )**

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على وجهة نظر الطلبة نحو كيفية إدارة الوقت من حيث التخطيط والتنظيم والتوجيه، والرقابة، وأثر ذلك في تحصيلهم الاكاديمي، كما هدفت إلى التعرف على أثر المتغيرات الشخصية في تحصيلهم الاكاديمي، وتحديد الأسباب والمعوقات التي تحول دون ذلك، وجمعت البيانات من خلال عينة شملت (300) طالب، وبينت النتائج في مجال التخطيط كان له الأثر الأكبر في التحصيل الاكاديمي بمعامل ارتباط (539)، وأن هناك علاقة إيجابية ذات دلالة إحصائية بين إدارة الوقت، والتحصيل الدراسي.

**2 – دراسة (خديجة عبد الله شهاب – محمد أمين الضناوي : 2023) بعنوان :تأثير العادات الدراسية وتنظيم الوقت في تحسين المستوى الأكاديمي)**

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على تأثير حسن إدارة الوقت وممارسة الدراسة الجيدة على التحصيل الاكاديمي ، وذلك على عينة من خمسة عشر متعلما من متعلمي الصف السابع الأساسي في مدرسة رسمية (لبنان) ، وذلك لمدة ستة أسابيع بواقع جلسة واحد لكل أسبوع ، وهذا وقد دلت النتائج على وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس المهارات الدراسية قبل تطبيق البرنامج الارشادي ، وبعده الأمر الذي يؤكد فعالية هذا البرنامج في تحسين مستوى التحصيل الاكاديمي لدى المتعلمين ذوي التحصيل المتدني ، وأظهرت نتائج الاستبيان القبلي أن المسترشدون كان يدرسون بطريقة عشوائية ، ولا يعتمدون على جدولا تنظيميا ، كما لا يتقيدون بأسلوب واضح ومنظم أثناء المذاكرة ، لذا كان من الضروري إرشادهم إلى طرق منظمة للاقتداء بها ، وذلك من خلال برامج إرشادية ، كما أظهرت نتائج الاستبيان البعدي وبالمقارنة مع نتائج الاستبيان القبلي اختلافا في مستوى الإجابات ، إذ بات واضحا أن المسترشد أدرك أهمية الجدول التنظيمي للدراس ، وهذا يبرهن بشكل أكيد أن البرنامج قد ساهم في تعريف المسترشدين بالعادات الدراسية المناسبة للمذاكرة ، وساعدهم في اكتشاف أهمية الجدول اليومي الذي ينظم عملية المذاكرة .

**3 – دراسة (عبد الرحمن دخيل وآخرون، 2017) بعنوان: مهارات إدارة الوقت عينة من الطلاب الموهوبين رياضيا في المرحلة الثانوية في دولة الكويت.**

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين مهارة إدارة الوقت ، والتحصيل الدراسي لدى الطلبة الموهوبين رياضيا في المرحلة الثانوية بدولة الكويت باستخدام المنهج الوصفي الارتباطي المقارن ، وتكونت عينة البحث (492) طالبا في المرحلة الثانوية بدولة الكويت ، تم تطبيق مقياس إدارة الوقت من إعداد راضي (2002) ، وتوصل البحث إلى وجود علاقة ارتباطية ، ومتوسط القوة موجبة ذات دلالة إحصائية بين مهارات إدارة الوقت والتحصيل الدراسي لدى الطلبة الموهوبين رياضيا في المرحلة الثانوية بدولة الكويت ، ودلت النتائج على وجود

فرق دال إحصائيا بيت تحصيل الطلبة الموهوبين رياضيا باختلاف مستوى إدارة الوقت ولصالح الطلبة الحاصلين على مستوى مرتفع في مهارة إدارة الوقت كما أشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات أفراد العينة باختلاف نوع اللعبة في جميع مهارات إدارة ، وكانت الفروق لصالح الطلبة الذين يمارسون الألعاب الجماعية ، ودلت النتائج على وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات أفراد العينة في مهارة إدارة الوقت باختلاف الصف الدراسي ، وأن الفروق كانت لصالح الطلاب الموهوبين رياضيا في الصف الثاني عشر .

**4 – دراسة (امجاد عباد مسلم القرشي، 2021) بعنوان: إدارة الوقت وعلاقته بالضغوط الأكاديمية وقلق الاختبار لدى طالبات جامعة الطائف .**

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين درجات طالبات جامعة الطائف على مقياس إدارة الوقت ، ودرجاتهن على مقياس الضغوط الاكاديمية ، والتعرف على العلاقة بين درجات الطالبات جامعة الطائف على مقياس إدارة الوقت ، ودرجاتهن على مقياس قلق الاختبار ، والكشف عن الفروق بين متوسطي درجات طالبات جامعة الطائف في مقياس إدارة الوقت وفقا للتخصص ، وللتوصل هذه الدراسة تم الاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي المقارن ، وتم استخدامه لأنه يتناسب مع أهداف هذه الدراسة ، وإجراءات تطبيقها ، وتكونت عينة الدراسة الأساسية من (280) طالبة بالمستوى السادس منهم (140) طالبة بكليتي العلوم والحاسبات ، (140) طالبة بكليتي الآداب والشريعة ، وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيا بين إدارة الوقت والضغوط الاكاديمية لدى طالبات جامعة الطائف ، وتوجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيا بين إدارة الوقت ، وقلق الاختبار لدى طالبات جامعة الطائف .

**5 – دراسة (الغراز وآخرون ، 2009) بعنوان : الضغوط الاكاديمية ، والتوجهات الدافعية وعلاقتهما بمهارات إدارة الوقت لدى طلاب الجامعة .**

هدفت الدراسة إلى التعرف على إسهام مهارات إدارة الوقت (الوعي – التخطيط – الرقابة – مضيعات الوقت ) في التنبؤ بالضغوط الاكاديمية ، والتوجهات الدافعية ، وتكونت عينة الدراسة من (384) طالبا وطالبة بكلية التربية ببور سعيد ، وأعد الباحثون مقياس إدارة الوقت ، وتم استخدام مقياس الضغوط الاكاديمية ، ومقياس التوجهات الدافعية إعداد (بدوي ،2004) ، وأظهرت النتائج أن مهارتي الوعي بالوقت ، ومراقبة الوقت غير منبئة بالضغوط الاكاديمية ، وتبين قوة إسهام باقي مكونات غدارة الوقت في التنبؤ بالضغوط الاكاديمي ، وإن القضاء على مضيعات الوقت يسهم بنسبة ( 57%) في التنبؤ بالتوجهات الدافعية .

**6 – دراسة (محمود سليمان أحمد داهود ، 2023) بعنوان تأثير البيئة التعليمية والمدرسية في التحصيل الاكاديمي لطلبة المدارس الحكومية الأردنية في مادة العلوم من وجهة نظر الطلبة .**

هدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير البيئة التعليمية و المدرسية في مستوى الأداء الاكاديمي لدى طلبة المدراس الحكومية الأردنية في مادة العلوم ، ولتحقق أهداف الدراسة ، تم استخدام المنهج الوصفي المسحي ، وتكونت عين الدراسة من (300) طالب وطالبة من طلبة المدراس الحكومية في مدارس متنوعة في مديرية تربية لولاء الأغوار الشمالية تم تحليل البيانات التي تم جمعها واستخدمت الوسائل الملائمة للإجابة على أسئلة الدراسة ، والفرضيات المضاغة ، وتم اختبارها عند مستوى دلالة (0.05) ، وأظهرت النتائج أن الأداء الاكاديمي للطلبة يرتبط بمدى جاهزية البيئة المدرسية ومرافقها من مختبرات ومشاغل ، بالإضافة إلى دور التزام المعلمين بعملهم وقناعتهم بمهنة التدريس وامتلاكهم القدرة على تنوع استراتيجيات التدريس المرتبطة بمادة العلوم ، وكان اهتمام الطلبة

بمادة العلوم ، ودافعيتهم من التعلم تأثير واضح في تعلم الطلبة والارتقاء بتحصيلهم الاكاديمي ، تم تقديم توصيات للباحثين للتركيز على العوامل المحملة الأخرى التي تساهم في ضعف أداء الطلبة في مادة العلوم لإيجاد حلول دائمة للمشكلة .

**التعقيب عن الدراسات:**

1 -أشارت جميع الدراسات على أهمية مهارة تنظيم الدراسة من خلال إدارة، وتنظيم الوقت في تحقيق النجاح الأكاديمي لدى الطلاب.

2 – أوجه الاختلاف والتشابه الدراسات السابقة مع البحث الحالي فقد اتفق معها في المتغيرات والمنهج وأداة الدراسة، واختلف البحث الحالي مع بعض الدراسات السابقة في المجتمع، (العينة، والمرحلة التعليمية) واتفقت مع البعض الآخر في العينة والمنهج وأداة الدراسة. وأن البحث الحالي أنبثق من الدراسات السابقة، ومن متغيراتها، والموضوعات التي تناولتها في الإطار النظري، وقد اختارت الباحثة أحدى مهارات إدارة الوقت، وهي (مهارة تنظيم الدراسة).

**الاستفادة من الدراسات السابقة:**

لقد استفادة الباحثة من الدراسات السابقة سالفت الذكر، والتي أجريت على المتغيرات ذات الصلة بموضوع البحث في الجوانب التالية: -

1 – استخدام المنهج المناسب للبحث الحالي.

2 – اختيار عينة البحث، والأدوات المستخدم والمناسبة لجمع البيانات.

3 – الاختيار الأفضل للأساليب الإحصائية المناسبة لطبيعة البحث.

4 – تفسير وتحليل النتائج.

**المعالجة الإحصائية**

تتمثل المعالجة الإحصائية في الأساليب التالية:-

1 – التكرار والنسبة المئوية.

2– المتوسط الحسابي.

3 – الانحراف المعياري.

4 – مستوى الدلالة الاحصائية.

5 – الرتبة.

(Spss)استخدمت الباحثة البرنامج الإحصائي

**اختبار صدق استمارة الاستبيان**

عرضت الباحثة استمارة الاستبيان على مجموعة من المحكمين من أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية قصر بن غشير (جامعة طرابلس) ، وقد تم تعديل وحذف ، وإضافة بعض العبارات ، وبعد الأخذ بملاحظات المحكمين تكونت أداة البحث في صورتها النهائية من ( 25) عبارة شملت جميع جوانب البحث ومتغيراته ، وبعد ذلك تم توزيعها على أفراد العينة المتمثلة في طلاب كلية التربية قصر بن غشير للعام الدراسي (خريف 2024) ، وذلك لمعرفة آرائهم حول أهمية مهارة تنظيم الدراسة في النجاح الاكاديمي لديهم .

**الإطار النظري للبحث**

**مفهوم مهارة تنظيم الدراسة**

تعد مهارة تنظيم الدراسة من المهارات الأساسية التي يحتاجها الطلاب لتحقيق النجاح الأكاديمي ، كذلك تعتبر ضرورية لذلك النجاح فهي تساعد الطالب في كثيرا من الأعمال ، والدراسة بفعالية هي مفتاح النجاح في أي مجال في الحياة بصفة عامة ، وتحقيق النجاح الأكاديمي للطالب بصفة خاصة ، ويتطلب الأمر أن يمتلك المتعلم (الطالب) جملة من المهارات من بينها مهارة تنظيم الدراسة فعالة من أجل أن يكونا طالبا ناجحا أكاديميا ، والعمل على تطويرها ، وذلك نظرا لما لها من أهمية في أن تسمح لطالب بوضع الخطط ، وتحديد أهدافه سواء كانت قصيرة الأجل أو أهداف طويلة الأجل ، وأنشاء بيئة مناسبة للدارسة ، وكذلك في اختيار المعدات والتقنيات اللازمة للدراسة ، وإدارة الوقت ، وتدوين الملاحظات ، وتنظيم وقت الراحة والاكل والشراب والرياضة ، لكي يحصل على أفضل النتائج ، وتحقيق أهدافه الأكاديمية ، أيضا يتيح له النجاح في حياته المهنية والشخصية ، ويمكن تطوير هذا النوع من المهارات الممتازة يعتبر أمرا حيويا لتحقيق النجاح الأكاديمي ، وذلك من خلال وضع استراتيجيات فعالة واتباعها ، وتطوير عادات دراسية جيدة ، يمكن للطلاب تحقيق أهدافهم التعليمية بكفاءة عالية ، وتقليل من التوتر والضغوطات الدراسية ، كذلك يمكن تطوير مهارة تنظيم الدراسة بإعداد الطلاب للتعليم مدى الحياة .

**تعريفات مهارة تنظيم الدراسة:**

تعتبر مهارة تنظيم الدراسة واحدة من الركائز الأساسية نظرا لدور الحاسم التي تلعبه لتحقيق القدرة على إدارة الوقت لنجاح الأكاديمي للطلاب، لذا يجب على الطلاب اكتسابها لتحقيق ذلك النجاح، وهنا سوف نوضح ماذا تعني مهارة تنظيم الدراسة وذلك من خلال جملة من التعريفات حولها وتختلف على حسب اختلاف وجهات النظر، وهي كالآتي:

**تعرف** مهارة تنظيم الدراسة على أنها " مجموعة من الاستراتيجيات، والإجراءات التي يتبعها الطالب لتنظيم وقته، ومهامه الدراسية بطريقة تضمن له تحقيق الأهداف التعليمية بكفاءة وفعالية".

( حنا عوكر : 2021 ص)

**كما عرفت** أيضا على أنها " القدرة على التخطيط والإعداد للمذاكرة بفعالية من خلال تحديد الأولويات ، وجدولة المهام ، وإدارة الوقت ، واستخدام الموارد المتاحة بطريقة سليمة". (ندى أحمد : 2007)

**كذلك** عرفت بأنها " القدرة على إدارة الأنشطة الدراسية بطريقة تضمن تحقيق الأهداف التعليمية بكفاءة وفعالية ، من خلال التخطيط المسبق ، تنظيم الوقت ، تحديد الأولويات ".(عصام بدوي : 2001) ، العبودي : 1423، ص 23)

**تعرف** أيضا على أنها "الاستراتيجيات والإجراءات التي يستخدمها الطالب لتنظيم جهوده الدراسية بهدف تحقيق النجاح الاكاديمي". (شاكر :2024 )

**كذلك** عرفت بأنها " القدرة على تقسيم الوقت بين الدراسة والأنشطة الأخرى ، استخدام الجداول الزمنية ، وتطوير عادات دراسية منتظمة ، لتحقيق التميز الأكاديمي " .( خديجة عبدالله شهاب – محمد أمين الضناوي : 2023 )

**إشارة لما سبق** ذكره فإن جميع التعريفات السابقة تؤكد على الأهمية الكبيرة لمهارة تنظيم الدراسة وكيفية تأثيرها على نجاح الطلاب في مسيرتهم الاكاديمية ،وذلك من خلال قدرة الطالب على اتخاذ الإجراءات ، واستخدام جملة من الاستراتيجيات لتنظيم الوقت ، وتحديد الأولويات ، ووضع الأهداف التعليمية ، وايضا القدرة على التوزان بين ظروفك الشخصية والعائلية والدراسية ، واختيار البيئة الدراسية المناسبة بكفاءة ، وفعالية ، من خلالها يستطيع الطالب تحسين مستوى مهارته في تنظيم الدراسة ،وبالتالي تتاح له الفرصة لتحقيق النجاح الاكاديمي الذي يسعى إليه .

**أهمية مهارة تنظيم الدراسة في تحقيق النجاح الأكاديمي:**

تعتبر مهارة تنظيم الدراسة من أهم المهارات الدراسية الأساسية للطالب لتحقيق النجاح الأكاديمي، فهي تمثل مجموعة من الاستراتيجيات، والتقنيات التي تساعد الطلاب في إدارة وقتهم، ومهامهم الدراسية بفعالية، مما تجعل الطالب نموذجا يعتمد على نفسه في التعلم، بحيث يصبح معلما ومتعلما في نفس الوقت، ويكونا قادرا على تقويم تحصيله واستيعابه، ومن هنا سوف نوضح أهمية مهارة تنظيم الدراسة للطالب في نجاحه الاكاديمي.

وعندما نعرج على أهمية مهارة تنظيم الدراسة فإننا نوضح الوظائف المرجوة من مهارة تنظيم الدراسة ، والكشف عن الغايات المرتبطة بها ، وأن الطالب في أمس الحاجة لمهارة تنظيم الدراسة ، وذلك من أجل التخطيط الوقت والتخلص من التشتت والارتباك ، ووضع جداول زمنية منتظمة للدراسة ، فإن افتقاد مهارة تنظيم الدراسة لدى الطلاب ، وعدم امتلاكها سوف يؤدي إلى تأجيل الكثير من الواجبات الدراسية ، وفقد الاهتمام ، وعدم تحقيق الأهداف ، فيجب على الطالب أن يمتلك هذه المهارة لما لها من أهمية تربوية واضحة في كيفية تنظيم الدراسة ، وخاصة الجامعية ، ، وهذه المهارة يكتسبها الطالب النشط ، وهذا ما أكدته دراسة (الكس مين : 1984) ، (سيد شتا وآخرون : 2006 ،ص 92).

**ومما سبق فإن أهمية مهارة تنظيم الدراسة في النجاح الأكاديمي تتمثل في الآتي: -**

1 – تساعد مهارة تنظيم الدراسة الطالب على وضع أهداف واضحة، وقابلة للتحقيق، مما يسهل عليه تتبع تقدمه، وسير بخطوات مدروسة، للوصول إلى أهدافه بكل كفاءة وفعالية، في أقل وقت وجهد.

2 – كما تكمن أهمية مهارة تنظيم الدراسة في إدارة الوقت بشكل منظم، وبفعالية للطالب، وهذا يساعده في تخصيص فترات زمنية مناسبة وكافية لكل مقرر دراسي أو مهمة، أو واجبات دراسية، لأن إدارة الوقت تعتبر من أهم العوامل الرئيسية لتحقيق النجاح الأكاديمي، كذلك تمكن الطالب من الاستفادة من وقته دون توتر والشعور بالضغط. (جمال السيد مصطفى: 2006، ص 53 – 92).

3 – كما تسهم أهمية مهارة تنظيم الدراسة في إيجاد بيئة دراسية مناسبة تساعد الطالب على التركيز وتحسين مستواه الاكاديمي، وزيادة نشاطه التعليمي و التعلم، كما تسهم في تحديد وقت مناسب لكل واجب دارسي أو نشاط متعلق بمادة دراسية، وهذا يساعده في التركيز، و التقليل من التشتت، و اكتساب كفاءة عالية، مما يؤدي إلى القيام بالمهام على أكمل وجه.( الهاشمي ، وآسية : 2016 ، ص 24).

4 – من خلال ترتيب المهام وتنظيمها ، وتحديد الأولويات ، يمكن الطلاب من التقليل من مستويات التوتر والاجهاد التي قد ينتج عن التراكم الواجبات الدراسية ، وهذا يؤكد على أن اكتساب مهارة التنظيم الجيد للدراسة يساعد الطلاب في توزيع الوقت والجهد على مدار العام الدراسي ، مما يقلل من الضغط النفسي لديهم .( امجاد القرشي : 2021 ).

5 – تساعد مهارة تنظيم الدراسة الطلاب على تعزيز الشعور لديهم بالمسؤولية ، والاستقلالية نتيجة الاعتماد على أنفسهم ، في إدارة شؤونهم الدراسية ، وأن الطلاب الذين يمتلكون مهارات تنظيمية قوية يتمتعون بقدرة أكبر على اتخاذ القرارات السليمة ، وإدارة وقتهم بكفاءة

**تأثير مهارة تنظيم الدراسة على النجاح الاكاديمي**

تعتبر مهارة تنظيم الدراسة من المهارات الدراسية التي تعد من الطرق الفعالة في استخدام الوقت والعقل ، والاستفادة منهما بأقصي حد ممكن ، وأيضا تعتبر من أكثر عوامل النجاح بفاعلية ، وتأثيرا ، وهذا ما أكده (بيكو :1984 ) في دراسة مسحية لطلبة إحدى الجامعات الأمريكية هدفت إلى معرفة أسباب النجاح والفشل في الدراسة الجامعية ، تبين أن لكل من العادات الدراسية والاهتمام ، فاعلية وتأثيرا على النجاح الدراسي ، وكذلك أكدت على الاستفادة الكبيرة من مهارة تنظيم الدراسة في تنمية بعض المهارات الدراسية الاخرى ، واكتساب المهارات الحديثة لتغلب على الصعوبات الدراسية ، والاستفادة القصوى من الجهد الوقت واختصارهما بالاعتماد على نفس ، وأيضا استثمار ، واستغلال القدرات ، والطاقات التي يمتلكها الطلاب الاستغلال الذي يمكنهم من تحقيق معدلات النجاح العالية . (سيد شتا وآخرون : 2006 ، ص 98)

**أشاره لما سبق فسوف نوضح تأثير مهارة تنظيم الدراسة في النقاط التالية :**

**1 - تحسين الأداء الأكاديمي :** تعتبر مهارة تنظيم الدراسة من المهارات المهمة ، والفعالة التي تساعد في تحسين المستوى الأكاديمي لطلاب الجامعة ، وكذلك تعمل على مساعدتهم في إداء واجباتهم بفاعلية ، والقيام بالاختبارات التحصيلية على أكمل وجه ، وهذا ناتج عن امتلاك بعض الطلاب لتلك المهارة ، وأيضا عدم اكتسابها يؤدي إلى تراجع المستوى الاكاديمي لدى الطالب الجامعي، وعدم قدرته على تحقيق النجاح ، والفشل في أدائه لمهامه الدراسية ، كما أكدت العديد من الأبحاث والدراسات على أن هناك علاقة قوية ، ووثيقة بين مهارة تنظيم الدراسة ، وتحقيق النجاح الأكاديمي . (الرهيمي ، الماردينى: 2014 ) .

**2 – تخفيض الضغط النفسي والتوتر :** تعد مهارة تنظيم الدراسة من المهارات الفعالة ، والمساعدة في تخفيض الضغط النفسي ، و الحد من نسبة التوتر لدى الطالب الجامعي في فترات الدراسة ، وخاصة فترة الاختبارات التحصيلية ، حيث توفر له الكثير من الدعم النفسي ، والشعور بالراحة النفسية ، واكسابه الثقة بنفس ، مما يعود عليه بالإيجاب على أدائه الاكاديمي ، أن اكتساب مهارة تنظيم الدراسة من قبل الطالب الجامعي يؤثر بشكل كبير ، وفعال في إدارته للوقت ، وتنظيمه ، وهذا يساعده في التغلب على التوتر ، وحصوله على نتائج مرضة .( النبل وآخرون : 2020 ).

**3 – تعزيز القدرة على الفهم والاستيعاب :** يحتاج الطالب إلى قدرات تعمل على تعزيز الفهم والاستيعاب خلال الدراسة ، وهذا يتطلب مهارة من مهارات التعليم الذاتي ، وهي مهارة تنظيم الدراسة ، فهي تلعب دورا محوريا ، وفعال في تعزيز قدرة الطالب على الفهم بشكل عميق ، ودائما ، وكذلك السرعة في الاستيعاب للمعلومات المقدمة له ، ويتم ذلك بالتخطيط والإدارة الجيدة ، والفعالة للوقت ، ويكون بصورة منتظمة ، وكذلك يقوم بالمراجعة المستمرة خلال السنة الدراسية ، حتى يتسنى له الاحتفاظ بالمعلومات لفترة طويلة ، ويساعده في تحقيق النجاح الاكاديمي الذي يسعى إليه ذات مستوى عالي .

**4 – بناء عادات دراسية صحية :** يجب أن يكتسب الطالب الجامعي العديد من العادات الدراسية الصحية الدائمة ، والفعالة ، وذلك من أجل تطوير نفسه ، والسعي إلى تحقيق نجاحه الاكاديمي بأعلى مستوى ، وهذا يتم من خلال تلك العدادات الدراسية الصحية المتمثلة في وضع برنامج منظم لتقسيم وقته ، وإدارته بشكل فعال ، حتى يكون للطالب الاستعداد لتكيف مع المهام الأكاديمية التي يقوم بها خلال السنة الدراسية . ( خديجة عبد الله شهاب و محمد أمين الضناوي : 2023)

**5 – التحفيز الذاتي وتعزيز الثقة بالنفس :** تمثل مهارة تنظيم الدراسة داعمة من الدعائم الرئيسية في زيادة الثقة بالنفس ، وتعزيزها ، وكذلك تعتبر عامل من العوامل المساعدة في تحفيز الطالب على الدراسة ، وممارسة مهامه بكل دافعية ونشاط ، وفعالية ، والطلاب الذين يمتلكون هذه المهارة يختلفون عن غيرهم في تحسين مستوياتهم الاكاديمية ، ووصولهم إلى هدفهم ، وهم يمتلكون الثقة بأنفسهم التي تزيدهم من الاستعداد لمواجهة التحديات ، والصعوبات بثبات ، وإصرار ، مما يسهم في تحقيق النجاح الاكاديمي والمهني .( علي منصوري : 2021)

**استراتيجيات مهارة تنظيم الدراسة الأكثر فعالية ، وأهميتها في تحسين وتحقيق النجاح الاكاديمي لدى الطلاب .**

تعتبر مهارة تنظيم الدراسة هي أحدى العوامل الأساسية التي تساهم في تحقيق النجاح الاكاديمي للطلاب ، وكذلك تساعد على التخطيط الجيد ، وتنظيم المواد الدراسية ، وكذلك تنظيم البيئة الدراسية ، والاستفادة من التقنيات الحديثة وتحسين الأداء الأكاديمي ، وتقليل التوتر والقلق ، وهذه المهارة لا تعمل على تحسين نتائج الطلاب فقط ، بل أيضا تعزز من استيعابهم ، وفهم للمواد الدراسية بشكل جيد ، وفعال ، أن مهارة تنظيم الدراسة تلعب دورا محوريا في نجاح الطلاب الأكاديمي ، وذلك من خلال تبني تلك الاستراتيجيات الفعالة .

**وسوف نستعرضها بالتفصيل على النحو التالي :-**

**1 – التخطيط الجيد :** هو خطوة من أهم الخطوات الأساسية التي يجب على الطالب تنفيذها ، وأخذها بعين الاعتبار ، لأنها تعتبر بداية النهاية الدراسية لتحقيق النجاح الأكاديمي ، ويشمل التخطيط الجيد ، والسليم على العديد من الاستراتيجيات الذي يجب استخدامها من قبل الطلاب ، وتتمثل في وضع الجداول زمنية لكل مقرر دراسي ، كذلك القيام بتقسيم المقررات إلى وحدات مصغرة ، وتوزيعها على حسب الجدول مصمم لكل مقرر دراسي ، حتى يسهل دراستها ، وقبل هذا لابد من وضع أهداف ، وتحديدها التي يرغب في الوصول إليها ، والتخطيط السليم القائم على دراسة صحيحة، وامكانيات جيدة يساعد في زيادة اهتمام الطالب ، وتركيزه في دراسته ، والقيام بمهامه بشكل أفضل.

**2– إدارة الوقت :** تعتبر إدارة الوقت تعتبر أحد عناصر الإنجاز الرئيسية ، وأحد العوامل المؤثرة بشكل مباشر في تحقيق النجاح الاكاديمي ، ولها أربع وظائف ، وهي التخطيط ، والتنظيم ، والتوجيه ، والرقابة التي تسهم في تنظيم الدراسة بشكل فعال ، و تحديد جداول زمنية محددة للدراسة ، وكذلك تمكن الطالب من تحقيق الأهداف

المنشودة ، والالتزام بها يساعد الطلاب على تنظيم وقتهم بشكل فعال مما يمنع التشتت ، والإرهاق .( عبد الرحمن الدخيل وآخرون : 2017 ).

**3– تحديد الأهداف :** من ضمن استراتيجيات مهارة تنظيم الدراسة تحديد الأهداف ، فهي تعد من الاستراتيجيات المهمة والأكثر فعالية في تنظيم الدراسة لدى الطلاب ، وذلك لمعرفة أهدافهم ، وتحديدها بوضوح، واختيار الأساليب المناسبة والأكثر فعالية في تحقيقها وكما يسهم تحديد الأهداف في استغلال الوقت والجهد استغلالا أفضل ، وهذا يساعد على المزيد من التحفيز ، و يجعل الجهود أكثر تركيزا ، يساعد الطلاب على متابعة تقدمهم ، وشعورهم بالإنجاز الذي قدموه من خلال تحقيقهم لأهدافهم ، ونجاحاتهم الأكاديمية .

**4 – استراتيجيات التعلم الفعالة :** أن استخدام الطلاب لكثير من الاستراتيجيات الفعالة من أجل تعزيز الأداء الاكاديمي ، وتحقيق النجاح ، فلابد من استخدام استراتيجيات فعالة مثل القراءة النقدية ، وتدوين الملاحظات ، والمراجعة الدورية ، التي يمكن من خلالها الفهم والاحتفاظ بالمعلومات لمدة طويلة ، وهذه الاستراتيجيات تساعد أيضا الطلاب على التفاعل مع المادة الدراسية ، بشكل عميق ، وأكثر فعالية . ( أوس الحريري: 2020)

**5– خلق بيئة دراسية منظمة و مناسبة :** تلعب البيئة الدراسية المنظمة والمناسبة دورا كبيرا في تحفيز ، و تحسين مهارة تنظيم الدراسة ، وكذلك في تحسين تحصيل الطالب الاكاديمي ، ويجب أن تكون بيئة الدراسة خالية من المشتتات ، ومرتبة بشكل يسمح للطالب بالتركيز الكامل على دراسته ، ويؤثر التنظيم المكاني والنفسي على إنتاجية الطالب بشكل إيجابي ، هذا ما أكدت عليه دراسة ( محمود سليمان : 2023)، وأيضا يجب أن تكون البيئة الدراسية هادئة ومريحة ، لكي تساعد الطالب على التركيز والانتباه في دراسته للمواد الدراسية .

**6 – التحفيز الذاتي :** القدرة على الالتزام بالدراسة ، والتحفيز الذاتي تعد من العوامل الحاسمة التي يعمل على زيادة الدافعية لدى الطلاب ، مما يجعلهم أكثرا استعداد للتعلم ، وبدل الجهد اللازم لتحقيق النجاح الأكاديمي ، وعندما يكون الطلاب محفزين ذاتيا ، فإنهم يظهرون رغبة قوية في اكتساب المعرفة ، وتطوير مهاراتهم ويتم ذلك باستخدام تقنيات تجعل من الطالب قادر على تحفيز ذاته ، والاستمرارية في الدراسة بشكل منتظم ، ومثل هذه التقنيات مكافأة نفسه عند تحقيق الأهداف الصغيرة ، مما يؤدي إلى تحسين أدائهم الأكاديمي الذي يطمحوا أليه .( منصوري : 2021).

**7– استخدام التكنولوجيا ( التقنيات الحديثة ) :** أدى التطور التكنولوجي إلى توفير العديد من الأدوات الفعالة لتنظيم الدراسة ، وتشمل هذه الأدوات التطبيقات التعليمية ، والفيديوهات التعليمية ، وتطبيقات التخطيط ، وإدارة الوقت ، وأدوات التعلم الالكتروني التي توفر طرق جديدة ، ومبتكرة للتعلم ، فا جميع هذه التقنيات الحديثة تساهم بشكل كبير في اكتساب الطلاب لمهارة تنظيم الدراسة ، ومتابعة دراستهم وتقدمها بشكل فعال ، وكذلك تعمل على تعزيز تلك المهارة لديهم . ( ايناس الحناوي : 2011 ، ص38 ).

**استراتيجيات النجاح الأكاديمي في الجامعة :**

**تعرج الباحثة** على موضوع استراتيجيات النجاح الأكاديمي بالجامعة ، لأن البحث يتعلق بطلاب الجامعة ، ونجاحهم الاكاديمي الذي يسعى أليه كل طالب جامعي مجد ، واخص بذكر (كلية التربية قصر بن غشير ) باعتبارها عينة البحث .

أن لكل إنسان له هدف في الحياة يسعى إليه جاهدا لتحقيقه ، وهذا لا يتم الا بوضع خطة أو استراتيجية فعالة تساعده على تحقيقه سواء كان هذا الهدف على مستوى شخصي ، أو مهني ، أو أكاديمي .

هنا سوف نتطرق إلى أحدى هذه الأهداف ، وهو هدف النجاح الأكاديمي الذي يسعى إليه كل طالبا طموحا ومجد ، وذلك من أجل الحصول على درجة علمية متميزة ، تساعده في اكتساب بعض المهارات التي تساعده في العيش الكريم ، ومواجهة التحديات والصعوبات الحياتية .

أن النجاح الأكاديمي يعتبر سببا رئيس في تنمي الشعور بالإحساس بالسعادة ، وتحفيزه ، ورفع من معنوياته ، والدفع به قدما للحصول على الشهادات العليا في نهاية السنوات الدراسة الأكاديمية .

**السؤال يطرح نفسه** ( ماذا يعني لك النجاح الأكاديمي كطالب في الجامعة ؟ )

يعتبر النجاح الأكاديمي إنجاز، وذلك لكونه مرتبط باكتساب الطالب الجامعي جملة من المعارف والمعلومات العلمية، والثقافية بمختلف أنواعها ، وأشكالها ، ويتم تحقيق هذا الإنجاز من خلال المشاركة الفعالة في البرامج والأنشطة التعليمية والتعلمية المختلفة ، والتي تهدف إلى اكتساب المعرفة ، والخبرة المباشرة ، وغير المباشرة ، والإصرار ، والاستمرارية على المثابرة ، والاجتهاد لتحقيق نتائج التعلم فعال ، وتميز أكاديمي عالي . (حسين شبيب – إبراهيم عبد الواحد :2020 ، ص 351).

**أن** الوصول لتحقيق التقييم النهائي ، والحصول على درجات عالية يسهم في النجاح الأكاديمي ، والذي يمهد ويسهل طريقة الوصول إلى طريق النجاح والتميز والتفوق في الحياة العملية والشخصية ، وكذلك يشعرني بالثقة بالنفس ، والرضا والسعادة في مسيرتي .

**يجب** على الطالب الجامعي أن يحقق النجاح الأكاديمي، وذلك من خلال النجاح الدائم في المقررات الدراسية في كل سنة من السنوات الدراسية في المرحلة الجامعية ، وبمعدلات عالية ، فهو يعتبر مطلب أساسي للالتحاق في أي مجال من المجالات العملية ، والعمل به بما يتطلبه سوق العمل.(الحريري أوس : 2020).

**إشارة** لما سبق فإن تحقيق النجاح الأكاديمي يتم من خلال استخدام جملة من الاستراتيجيات المختلفة على حسب اختلاف الطلاب ، والغايات ، والطموحات في النجاح ، والتفوق الاكاديمي التي من خلالها اكتساب ، وتعلم الطالب الجامعي مجموعة من المهارات مثل التركيز ، ومهارة التواصل ، ومهارة تحديد الأهداف ، وتنظيم الوقت ، والتخطيط الجيد ، والثقة بالنفس ، وتقبل آراء الآخرين ، والاستفادة من خبراتهم ، والالتزام ، وتحمل المشاق ، جميع تلك المهارات تساهم في تحدي الصعوبات ، وبذل المجهودات للوصول إلى تحقيق الإنجاز المتمثل في النجاح الأكاديمي.

**نستنتج** من سالف الذكر أن النجاح الاكاديمي يعتبر من أهم القضايا التي تخص الطالب الجامعي ، ويجب الاهتمام بها ، فهو يمثل تحقيق الأهداف ، حيث يشعر الطالب بالفخر ، والاعتزاز ، والثقة بالنفس لما وصل إليه .

**العوامل المؤثرة في فعالية مهارة تنظيم الدراسة :**

يعتبر تنظيم الدراسة هو العنصر الأساسي لتحقيق النجاح الأكاديمي ، والمهني ، كذلك يعني القدرة على تنظيم الوقت ، والجهد بشكل فعال تمكن الطلاب من تحقيق أهدافهم الدراسية بفعالية أكبر ، وهذا يمكن تحقيقه من خلال

العديد من العوامل التي تؤثر بفعالية في مهارة تنظيم الدراسة من أجل تحسين جودة البحث ، والأداء الاكاديمي ، وسوف نعدد هذه العوامل على النحو التالي :-

**1 – التخطيط :** في سبيل تحقيق النجاح الاكاديمي لابد من أنشاء خطة دراسية يومية ، وتساعد هذه الخطة على تنظيم الوقت بشكل فعال ، والاستفادة القصوى من الوقت في الدراسة ، والمذاكرة ، وتوجد العديد من الاستراتيجيات التي يجب أتباعها في أنشاء خطة دراسي يومية ناجحة ، وهي تقسيم الوقت بشكل مناسب ، و تحديد الأهداف الدراسية والجدولة الزمنية ، وباستخدام هذه الاستراتيجيات يكون الطلاب منظمين ، وملتزمين بالجدول الزمني ، وأن يعملوا بجد واجتهاد لتحقيق أهدافهم الدراسية سواء كانت قصيرة المدى أو طويلة المدى .

**2 – إدارة الوقت :** أن القدرة على إدارة الوقت تعتبر من العوامل الحيوية التي تؤثر على فعالية مهارة تنظيم الدراسة ، وإدارة الوقت من الاستراتيجيات التي تعمل على تنظيم اليوم الدراسي ، وقلل من التشتت ، وكذلك تسهم في زيادة الإنتاجية الاكاديمية ، فهي تتضمن تحديد أولويات المهام الدراسية ، وتخصيص أوقات محددة لكل مهمة دراسية ، ويمكن استخدام أدوات مثل جداول المواعيد أو التطبيقات المخصصة لإدارة الوقت ، والطلاب الذين يستطيعون تحديد الأولويات ، وتوزيع وقتهم بفعالية يتمكنون من إكمال مهامهم الدراسية في الوقت المحدد ، وبجودة عالية ، وبعيدا عن الإرهاق والتوتر ، وتحديد أهدافهم .(بشير العملاق : 2009، ص 2009)

**3 – بيئة الدراسة :** تعتبر البيئة الدراسية من ضمن العوامل المؤثرة في مهارة تنظيم الدراسة بشكل فعال ، وتساعد الطلاب على التركيز ، وتحسين استيعاب المواد الدراسية ، يجب على الطالب أن يقوم بترتيب مكتبه ، وتجهيزه بكل ما يحتاج للدراسة ، ثم يقوم بأزالة مصادر تشتت الانتباه ، وتتمثل البيئة الدراسية في :

**أ – الهدوء والتركيز :** يجب أن تكون بيئة الدراسة هادئة ومريحة ، والجلوس المريح ، ومناسبة للتركيز ، وكذلك خالية من المشتتات مثل الضوضاء ، والهواتف الذكية ، حتى يستطيع الطالب إنجاز مهامه الدراسية بشكل أفضل ، هذه التقنية تساعد على تهدئة العقل ، وتحسين قدرة الطالب على التركيز ، والانتباه .

**ب – الإضاءة والتهوية :** من شروط البيئة الدراسية الجيدة هو التأكد من أن المكان مضاء بشكل جيد ومناسبة للدراسة ، وأن هناك تهوية جيدة ، حيث يمكن أن تؤثر الظروف المادية للبيئة على التركيز والأداء .( محمود سليمان داهود : 2023)

**4 – أساليب الدراسة :** تتمثل أساليب الدراسة في استخدام استراتيجيات فعالة في مهارة تنظيم الدراسة في الآتي :

**أ – تلخيص المعلومات :** أن يقوم الطالب بكتابة ملخص حتى تساعده في تقليل كمية المعلومات ، وتحويلها إلى نقاط أساسية يسهل مراجعتها .

**ب – الخرائط الذهنية :** وهي عبارة على رسومات تساعد الطالب في تنظيم المعلومات ، وترتيبها بصريا ، مما يسهل عليه فهم العلاقات بين الأفكار .

**ج – تقنيات المذاكرة الفعالة :** تعد المذاكرة أحد العوامل الرئيسية لتحقيق النجاح الأكاديمي ، وتحسين عملية المذاكرة الخاصة بالطالب تتمثل هذه التقنيات في تحديد الأهداف ، والجدولة الزمنية تقنية المراجعة المنتظمة ، وتبسيط المعلومات ، والتعلم الفاعلي ، الاستراحات العادية ، وباستخدام هذه التقنيات من قبل الطلاب يمكنهم من تحسين عملية المذاكرة الخاصة بهم ، وتحقيق النجاح الاكاديمي (فوقية محمد راضي : 2002، ص 43).

**5 – التحفيز الذاتي والدافع :** يلعب كلا من التحفيز والدافع دورا محوريا في التزام الطلاب بتنظيم دراستهم ، وتطوير خطط فعالة للنجاح ، لتحقيق الأهداف الدراسية ، وهذا يؤثر بشكل كبير على مهارة تنظيم الدراسة ، وكذلك يعتبر عاملا حاسما في تحقيق النجاح الاكاديمي ، ويتمثل التحفيز الذاتي والدافع في الآتي :

**أ – الأهداف الشخصية :** يقوم الطالب بتحديد الأهداف الدراسية التي تتماشى مع الأهداف الشخصية ، والمهنية ، وجعلها أهدافا واضحة ، وقابلة للقياس، وهذا يزيد من الدافع للتنظيم دراسته ، وكذلك يساعه على التركيز ، وتجنب الانشغال بالأمور الثانوية وهذا يتم من خلال قدرته على إدارة الوقت ، وإنشاء خطة دراسية يومية .

**ب – المكافآت والتحفيز :** يضع الطالب نظام مكافآت صغيرة لنفسه عند تحقيق أهداف معينة ، وتلك المكافآت تعمل على تحفيزه وتشجيعه على الاستمرارية في وضع نظام لدراسته ، وتعزيز

**6 – القدرة على تحديد الأولويات :** يجب على الطلاب قبل أن يبدا يومه الدراسي أن يقوم بتحديد أولوياته الخاصة بهم ، يساعد تحديد الأولويات تساعد الطالب على التميز بين المهام ذات أكثر أولوية ، وتلك الأقل أهمية ، وهذا يساعد في تخصيص الوقت الكافي ، والجهد للقيام بتلك المهام ،واكمالها في أقصر وقت ، وأقل جهد ، وتشمل الآتي :

**أ – تحليل المهام :** قيام الطالب بتقييم المهام الدراسية ، على مدى أهميتها ، والحاجة الملحة لها ، وتحديد أولويات المهام تساعد الطلاب في التركيز على الأمور الأكثر أهمية أولا في الإنجاز ، وتحقيق الأهداف في الوقت المناسب .(الأغبري : 2000، ص 432)، (ماجدة مصطفى : 2003)

**ب – توزيع الوقت :** يساعد الطلاب في تخصيص وقت إضافي للمهام الدراسية أو الأنشطة ، التي تحتاج إلى جهد أكبر ، أو التي تقترب مواعيدها النهائية ، حتى يتم القيام بها في موعدها المحدد ، وبجودة عالية .

**7 – الصحة البدنية والعقلية :** يعتبر هذا العامل من العوامل المؤثرة بفاعلية كبيرة على مهارة تنظيم الدراسة لدى الطلاب ، وذلك للحفاظ على نمط الحياة الصحي ، فإن الصحة البدنية والعقلية تساهم في تحسين التركيز والانتباه ، والقدرة على تنظيم الدراسة بشكل فعال ، وأهم الركائز التي تتعلق بالصحة البدنية ، والعقلية هي :

**أ – التغذية :** يجب على الطالب أن يتناول وجبات صحية ، لأنها تساهم في تحسين القدرة على التركيز والتفكير السليم .

**ب – النوم :** لابد من الحصول على قسطا كافيا من النوم ، وهذا مهما جدا لتجديد الطاقة ، وتحسين الأداء الاكاديمي والقيام بالمهام الدراسية بفاعلية ، وجودة عالية .

**ج – النشاط البدني :** ضرورة ممارسة التمارين الرياضية بانتظام يساعد في تقليل التوتر ، وزيادة الطاقة .

**8 – الموارد التعليمية :** أن استخدام الموارد التعليمية مثل ، والمصادر الالكترونية يساعد الطالب في تنظيم الدراسة بشكل اكثر فاعلية ومن ضمن هذه الموارد :

**أ – الكتب والمراجع :** يجب على الطالب ان يستخدم مصادر موثوقة لأنها تعزز من فهم المواد الدراسية ، وتوفر معلومات دقيقة ، حتى يستطيع أن يقوم بمهامه الدراسية ، وتحقيق النجاح الأكاديمي .

**ب – المصادر الالكترونية :** تلعب المصادر الالكترونية دورا كبير في تنمية مهارة تنظيم الدراسة لدى الطلاب ، وذلك من خلال الاستفادة من الدورات الالكترونية ، والتطبيقات الدراسية ، ومقاطع الفيديو التعليمية ، والموارد

عبر الانترنت فهو يوفر طرق جديدة ، ومبتكرة للتعلم ، ويوفر دعما إضافيا ، ومعلومات إضافية ، مما يسهم في تنظيم الدراسة بشكل أفضل .(ايناس الحناوي : 2011)

**التحديات التي تواجه الطلاب في اكتساب مهارة تنظيم الدراسة :**

تعتبر مهارة تنظيم الدراسة من المهارات الأساسية التي يجب أن يكتسبها الطلاب لتحقيق النجاح الاكاديمي ، إلا أن هناك العديد من التحديات التي تواجه الطلاب في تنظيم دراستهم ، وتعترض طريقهم في تحقيق النجاح الاكاديمي ، وأن هذه التحديات تكون نابعة من عوامل نفسية ، واجتماعية ، أو بيئية ، حيث تؤثر جميعها في على قدرة الطالب في تنظيم وقته ، وإدارة مهامه الدراسية بفعالية ، وقد أكدت الدراسات التي تناولت مهارة تنظيم الدراسة ، والتحديات التي تواجه الطلاب أن عدم توفر بيئة مناسبة للدراسة ، ، وضعف الدعم الأسري ، والتشتت بسبب التكنولوجيا الحديثة تعتبر من أبرز التحديات ، وسوف نستعرضها على النحو التالي :

**1 – عدم توفر بيئة دراسية مناسبة :** أن الطلاب الذين يعيشون في بيئة دراسية غير مناسبة ، وغير مستقرة ، ومزدحمة فإنهم يجدون صعوبة في التركيز ، وإنجاز واجباتهم ومهامهم الدراسية بشكل جيد ، وبفاعلية ، واحيانا لا يحققون النجاح الاكاديمي ذو جودة عالية مقارنة بالطلاب الذين متوفرة لديهم البيئة الدراسية المناسبة والهادئة والمريحة ، وتعتبر عدم توفر البيئة الدراسية المناسبة .

**1 – إدارة الوقت بشكل فعال :** يواجه العديد من الطلاب صعوبة في إدارة وقتهم بفعالية ، مما يؤثر سلبا على قدرتهم على تنظيم دراستهم ، وقد يكون السبب هو عدم الوعي بأهمية التخطيط الزمني ، أو قلة الخبرة في توزيع المهام الدراسية على فترات زمنية مناسبة ، وان الطلاب الذين يواجهون تحديات كبيرة في إدارة الوقت يؤثر ذلك على أدائهم الاكاديمي.

**2- قلة التحفيز الذاتي :** يعد قلة التحفيز الذاتي من أهم التحديات التي تعيق الطلاب عن تنظيم دراستهم بشكل فعال ، ويعاني بعض الطلاب من نقص في التحفيز الذاتي مما يجعلهم غير ملتزمين بخطط الدراسة يضعونها ، وهذا التحدي يمكن أن يؤدي إلى التأجيل ، وبالتالي تراكم المواد الدراسة ، والمهام .

**3 - التشتت وعدم التركيز :** من العقبات الرئيسية التي تواجه الطلاب في تنظيم دراستهم التشتت ، وعدم القدرة على التركيز لفترة طويلة ، وهذا نتيجة استخدام الأجهزة الالكترونية ، ووسائل التواصل الاجتماعي ، وكذلك الأنشطة اليومية قد تكون من ضمن المسببات التشتت ، ويعد التشتت من أبرز العوامل التي تضعف القدرة على تنظيم الدراسة ، وتحقيق النجاح الاكاديمي .

وكما أكدت دراسة ( ايناس الحناوي : 2011 ) ، أن استخدام الأجهزة الالكترونية بشكل مفرط يؤدي إلى إضاعة الوقت ، وتكون عقبة في تحسين الأداء الاكاديمي ، و عدم تحقيق النجاح الأكاديمي .

**4 – نقص المعرفة بأساليب التنظيم الفعالة :** هناك بعض الطلاب يفتقرون إلى المعرفة بالأساليب ، والأدوات الفعالة لتنظيم الدراسة ، وهذا النقص في المعرفة يؤدي إلى استخدام استراتيجية غير فعالة ، مما يعيق تنظيم الدراسة بشكل جيدة ، ومن هنا لابد من تزويد الطلاب بالمعرفة اللازمة حول أساليب التنظيم الفعالة ، وذلك من أجل تحسين الأداء الاكاديمي بشكل أفضل .

**5 – الضغوط النفسية والاجتماعية :** تؤثر الضغوط النفسية ، والاجتماعية بشكل كبير على قدرة الطلاب على تنظيم دراستهم ، وهذا نتيجة التوتر في فترة الامتحانات ، والمتطلبات الاسرية والمشاكل الشخصية ، وجميع هذه

الضغوط تشكل عائقا أمام الطلاب في تحقيق التنظيم الدراسي الفعال ، والجيد ، وقد أوضحت بعض الدراسات أن الضغوط النفسية والاجتماعية تعد من أكثر التحديات التي تواجه الطلاب في تنظيم دراستهم ، وهذا كما أكدته دراسة (امجاد القرشي : 2021)

**الإجراءات الميدانية :**

قامت الباحثة بتوزيع استمارات الاستبيان على عينة البحث ، والمتمثلة في (طلاب كلية التربية قصر بن غشير) ، وكان عددها (120 ) ، و استرجع منها ( 100 ) ، وقد تم فرزها من قبل الباحثة ، ثم تلفت الاستمارات غير الصالحة بسبب عدم الإجابة على كامل الفقرات التي يحتويها الاستبيان ، وبالتالي أصبح عدد الاستمارات الصالحة ، والتي تمت الإجابة علي جميع فقراتها (82)

**تحليل وتفسير النتائج :**

اعتمدت الباحثة في الإجابة على تساؤلات البحث من الجانب النظري على الأدبيات والدراسات السابقة التي تناولتها في بحثها الحالي ، كما استخدمت الأساليب الإحصائية المتنوعة في عبارات الاستبيان ، وتفسيرها وفق إجابات أفراد عينة البحث ، وذلك للوصول إلى نتائج مرضية .

**أولا / الجانب النظري**

**الإجابة على تساؤلات البحث :**

1 – لقد تطرقت الباحثة على مفهوم مهارة تنظم الدراسة ، ولجملة من التعريفات تدور حول هذه المهارة ، وأهميتها ، وتؤكد الباحثة على أن هذه المهارة تعد من الركائزة الأساسية في العملية التعليمية نظرا لدور الحاسم التي تلعبه لتحقيق القدرة على إدارة الوقت من قبل الطالب ، وتقسيمه بين الدراسة ، والأنشطة ، وهذا يؤدي إلى النجاح الأكاديمي ، وكذلك تساعد الطالب في اختيار الاستراتيجيات ، واتخاذ الإجراءات اللازمة التي تساعده على تحقيق أهدافه التعليمية بكفاءة عالية ، وفعالة ، وهذا ما أكدت عليها دراسة ( فوقية راضي : 2002) ودراسة (الرهيمي ، الماريني :2014).

2 – وضح هذا البحث التأثير الكبير، والفعال لمهارة تنظيم الدراسة للطلاب ، فهي تسهم في تحسين الأداء الأكاديمي ، وتحقيق مستوى أعلى في درجاتهم، وتقليل من الضغط النفسي ، والتوتر ، وتعزيز الفهم ، والاستيعاب ، تساهم في اكتساب القدرة على التخطيط الجيد هذا مأ كدته جميع الدراسات السابقة ، ويؤكده البحث الحالي ، كما أكدته دراسة (دخان ، والحجار : 2006)

3 – استعرض البحث استراتيجيات مهارة تنظيم الدراسة الأكثر فعالية في تحسين مستوى الطلاب ويؤكد على مساهمتها في تحقيق النجاح الأكاديمي لديهم ، ونذكر منها على سبيل المثال لا الحصر استراتيجيات التخطيط الجيد ، وتحديد الأهداف ، والتعلم الفعال ، وغيرها جميعها تساعد الطالب في إعداد الجداول الزمنية ، وتقسيم المواد ، والقراءة النقدية ، والطالب الجامعي لابد أن يمتلك تلك الاستراتيجيات ، وذلك من أجل الوصول إلى النجاح الأكاديمي ، والمهني ، كما أكده (شاكر : 2024) .

4 – تطرق البحث لجملة من العوامل التي تؤثر بفاعلية في مهارة تنظيم الدراسة ، وذلك من أجل تحسين جودة البحث ، والأداء الأكاديمي ، منها التخطيط ، إدارة الوقت ، بيئة الدراسة وغيرها ، وهذه العوامل تساعد الطالب

على تحديد الأولويات ، وتوزيع الوقت على الدراسة والأنشطة ، أيضا يؤكد البحث على أهمية الصحة البدنية والعقلية ، فهي تعتبر من العوامل المؤثرة بفاعلية كبيرة على مهارة تنظيم الدراسة لدى الطلاب ، فهي تسهم في تحسين القدرة على التركيز والانتباه ، وزيادة الطاقة . هذا ما أكده (عصام بدوي : 2001) ، وأيضا (مصلح وآخرون : 2021)

5 – تناول البحث التحديات التي تواجه الطلاب في اكتساب مهارة تنظيم الدراسة منها عدم توفر بيئة دراسية مناسبة للدراسة ، وضعف الدعم الأسري ، والتشتت بسبب التكنولوجيا الحديثة ، وهي تعتبر من أبرز التحديات ، وكذلك الضغوط النفسية والاجتماعية ، و أيضا استخدام الأجهزة الالكترونية بشكل مفرط جميعها تؤثر بشكل سلبي وعميق في تحسين الأداء الاكاديمي للطلاب ، وعدم تحقيق النجاح الأكاديمي ، وهذا ما كدت عليه العديد من الدراسات التربوية ، هذا ما أشارت إلية دراسة (محمود داهواد : 2023) ، ودراسة (النبل وآخرون : 2020).

**ثانيا / الجانب العملي**

**تفسير نتائج إجابات عينة البحث :**

**الجدول رقم ( 1) يوضح التكرار والنسب المئوية لاستجابات أفراد عينة البحث**

| العبارات | نعم | | إلى حدا ما | | لا | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | التكرار | النسبة المئوية | التكرار | النسبة المئوية | التكرار | النسبة المئوية |
| - 1 | 45 | %55 | 25 | %31 | 12 | %14 |
| - 2 | 43 | %52 | 17 | %21 | 22 | %27 |
| - 3 | 36 | %44 | 27 | %33 | 19 | %23 |
| - 4 | 34 | %42 | 20 | %24 | 28 | %34 |
| - 5 | 50 | %61 | 19 | %23 | 13 | %16 |
| - 6 | 47 | %57 | 22 | %27 | 13 | %16 |
| - 7 | 55 | %67 | 10 | %12 | 17 | %21 |
| - 8 | 35 | %43 | 29 | %35 | 18 | %22 |
| - 9 | 48 | %59 | 23 | %28 | 11 | %13 |
| - 10 | 50 | %61 | 19 | %23 | 13 | %16 |
| -11 | 45 | %55 | 24 | %29 | 13 | %16 |
| -12 | 36 | %44 | 28 | %34 | 18 | %22 |
| -13 | 40 | %49 | 13 | %16 | 29 | %35 |
| -14 | 30 | %37 | 10 | %12 | 42 | %51 |
| -15 | 47 | %57 | 22 | %27 | 13 | %16 |
| -16 | 52 | %63 | 16 | %20 | 14 | %17 |
| -17 | 82 | %100 | 0 | %0 | 0 | %0 |
| -18 | 30 | %37 | 24 | %29 | 28 | %34 |
| -19 | 60 | %73 | 12 | %15 | 10 | %12 |
| -20 | 65 | %79 | 10 | %12 | 7 | %9 |
| -21 | 52 | %63 | 16 | %20 | 14 | %17 |
| -22 | 48 | %59 | 23 | %28 | 11 | %13 |
| -23 | 52 | %63 | 14 | %17 | 16 | %20 |
| -24 | 60 | %73 | 10 | %12 | 12 | %15 |
| -25 | 55 | %67 | 10 | %12 | 17 | %21 |

**الجدول رقم (2) يبين المتوسطات الحسابية ، والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة البحث**

| الرقم | العبارات | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | مستوى الدلالة | الرتبة |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 - | أضع أهدافا واضحة ومحددة لكل جلسة دراسية وقابلة للقياس . | 2.4 | 0.73 | متوسطة | 12 |
| 2 - | أقوم بمراجع وتعديل أهدافي الدراسية بانتظام . | 2.26 | 0.85 | متوسطة | 8 |
| 3 - | ألتزم بتحقيق الأهداف الدراسية التي أضعها لنفسي . | 2.21 | 0.79 | متوسطة | 10 |
| 4 - | أحد أهدافي الدراسية وفق أهدافي الشخصية لزيادة دافعيتي لتنظيم دراستي . | 2.07 | 0.87 | متوسطة | 13 |
| 5 - | يساعدني تحديد أهدافي على متابعة التقدم وشعوري بالإنجاز والثقة بنفسي . | 2.45 | 0.75 | متوسطة | 5 |
| 6 - | ألاحظ تحسنا في أدائي الاكاديمي ودرجاتي الدراسية بفضل مهارتي في تنظيم الدراسية . | 2.41 | 0.75 | متوسطة | 6 |
| 7 - | أشعر بأن تنظيم وقتي يساعدني في الاستفادة القصوى من المواد الدراسية . | 2.46 | 0.8156 | متوسطة | 4 |
| 8 - | تنظيمي الجيد لدراستي يساهم في تقليل التوتر والقلق وزيادة الثقة بنفسي . | 2.21 | 0.7767 | متوسطة | 10 |
| 9 - | التخطيط الجيد والمراجعة المستمرة يعزز فهمي واستيعابي للمواد الدراسية بشكل أفضل ، وأعمق . | 2.45 | 0.718 | متوسطة | 5 |
| 10- | تساعدني مهارة تنظيم الدراسة في بناء العادات الدراسية الصحية المستدامة . | 2.45 | 0.75 | متوسطة | 5 |
| 11- | استخدام جداول زمنية لتنظيم وقت دراستي اليومية . | 2.39 | 0.75 | متوسطة | 7 |
| 12- | استفيد من تطبيقات وبرامج تنظيم الوقت لتحقيق التوازن بين الدراسة والأنشطة الأخرى . | 2.22 | 0.78 | متوسطة | 9 |
| 13- | اخصص وقتا محددا لمراجعة المواد الدراسية اليومية . | 2.13 | 0.91 | متوسطة | 11 |
| 14- | استخدام استراتيجيات القراءة النقدية وتدوين الملاحظات لتعزيز الفهم والاحتفاظ بالمعلومات . | 1.85 | 0.93 | ضعيفة | 15 |
| 15- | استخدم التكنولوجيا لتوفر لي طرق جديدة ومبتكرة للتعلم وتسهم في تنظيم دراستي بشكل أفضل . | 2.41 | 0.75 | متوسطة | 6 |
| 16- | التحفيز الذاتي والالتزام بدراستي يكون عاملا حاسما في تحقيق نجاحي الاكاديمي. | 2.46 | 0.77 | متوسطة | 4 |
| 17- | اعتقد أن دعم الأهل والأصدقاء يؤثر إيجابيا على قدرتي على تنظيم الدراسة . | 3.0 | 0.00 | مرتفعة | 1 |
| 18- | الظروف المعيشية والمادية تلعب دورا كبير في تنظيم وقتي الدراسي . | 2.02 | 0.84 | متوسطة | 14 |
| 19- | البيئة الدراسية مثل ( الهدوء – الإضاءة ) تؤثر على فعالية تنظيم دراستك . | 2.61 | 0.69 | متوسطة | 3 |
| 20- | تساهم الصحية الجسدية والعقلية في تحسين التركيز والانتباه في دراستك . | 2.71 | 0.61 | مرتفعة | 2 |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| -21 | أجد صعوبة في إدارة الوقت بين الدراسة والأنشطة الأخرى . | 2.46 | 0.77 | متوسطة | 4 |
| -22 | أشعر بالملل والتشتت أثناء محاولتي لتنظيم دراستي . | 2.45 | 0.718 | متوسطة | 5 |
| -23 | اواجه تحديات في الالتزام بالخطط الدراسية التي أضعها . | 2.46 | 0.77 | متوسطة | 4 |
| -24 | تؤثر الضغوط النفسية والاجتماعية على قدرتي على تنظيم الدراسة . | 2.61 | 0.69 | متوسطة | 3 |
| -25 | نفتقر إلى المعرفة بالأساليب والأدوات الفعالة لتنظيم دراستك . | 2.46 | 0.8156 | متوسطة | 4 |

من الجدول السابق قد تبين أن نسبة كبيرة من أفراد عينة البحث ترى بأن **(دعم الأهل ، والأصدقاء يؤثر إيجابيا على قدرتهم على تنظيم الدراسة )** وقد جاءت في المرتبة الأولى باستجابة مرتفعة ، وكان المتوسط الحسابي لهذه الإجابة **(3.0)** ، وانحرافها المعياري **(0.00)** ، ثم جاءت في المرتبة الثانية **( مساهمة الصحة الجسدية والعقلية في تحسين التركيز ، والانتباه في الدراسة )** باستجابة مرتفعة ، بمتوسط حسابي **( 2.71)** ، وانحرف معياري **( 0.61)** ، وتأتي في المرتبة الثالثة كلا من الاستجابات **(تأثير البيئة الدراسية الصحية على فعالية تنظيم الدراسة ) ، ( تأثير الضغوط النفسية والاجتماعية على قدرتهم على تنظيم دراستهم)** باستجابة متوسطة ، وبمتوسط حسابي **(2.61)**، وانحراف معياري **(0.69)** ، وتأتي في المرتبة الرابعة الاستجابات التالية **( أشعر بأن تنظيم وقتي يساعدني في الاستفادة القصوى من المواد الدراسية )** ، وأيضا **( نفتقر إلى المعرفة بالأساليب والأدوات الفعالة لتنظيم دراستك )** وكانا باستجابة متوسطة بمتوسط حسابي يصل إلى **(2.46)** ، واحراف معياري **( 0.8156)** ، وكذلك الاستجابات **( التحفيز الذاتي ، والالتزام بدراستي يكون عاملا حاسما في تحقيق نجاحي الاكاديمي) ، و(أجد صعوبة في إدارة الوقت بين الدراسة والأنشطة الأخرى) ، و ( اواجه تحديات في الالتزام بالخطط الدراسية التي أضعها)** ، باستجابة متوسطة ، وكان المتوسط الحسابي لهم **(2.46)** بينما انحرافهم المعياري **(0.77)** ، وفي المرتبة الخامسة تأتي كلا من الاستجابات **( يساعدني تحديد أهدافي على متابعة التقدم وشعوري بالإنجاز والثقة بنفسي)** بمتوسط حسابي **( 2.45)** ، وانحراف معياري **(0.75) (التخطيط الجيد والمراجعة المستمرة يعزز فهمي ، واستيعابي للمواد الدراسية بشكل أفضل ، وأعمق )** ، و **( أشعر بالملل والتشتت أثناء محاولتي لتنظيم دراستي )** فكانت استجابة متوسطة بمتوسط حسابي **( 2.45)** ، وانحراف معياري بقيمة **(7.18)** ، أما الاستجابة **( تساعدني** مهارة **التنظيم الدراسة في بناء العادات الدراسية الصحية المستدامة )** فكانت استجابة متوسطة بمتوسط حسابي يصل إلى **(2.45)** ، وانحراف معياري **(0.75)** ، وفي المرتبة السادسة تأتي الاستجابة **( ألا تحسنا في أدائي الاكاديمي ودرجاتي الدراسية بفضل مهارتي في تنظيم دراستي )** بمتوسط حسابي **(2.41)** وانحراف معياري **(0.75) ، ( استخدم التكنولوجيا لتوفر لي طرق جديدة ، ومبتكرة للتعلم ، وتسهم في تنظيم دراستي بشكل أفضل)** باستجابة متوسطة بمتوسط حسابي يصل إلى **(2.41)** ، وانحراف معياري **(0.75)** ، وتأتي في المرتبة السابعة **( استخدام جداول زمنية لتنظيم وقت دراستي اليومية )** باستجابة متوسطة بمتوسط حسابي **( 2.39)** ، وانحراف معياري **( 0.75)** ، كما جاءت في المرتبة الثامنة **( أقوم بمراجعة وتعديل أهدافي الدراسية بانتظام )** باستجابة متوسطة وكان المتوسط الحسابي لها **( 2.26)** ، بانجراف معياري **( 0.85)** ، أما في المرتبة التاسعة **(استفيد من تطبيقات وبرامج تنظيم الوقت لتحقيق التوزان بين الدراسة ، والأنشطة الأخرى)** باستجابة متوسطة بمتوسط حسابي **( 2.22)** ، وانحراف معياري **( 0.78)** ، وتأتي في المرتبة العاشرة **( ألتزم بتحقيق الأهداف الدراسية التي أضعها لنفسي )** باستجابة متوسطة بمتوسط حسابي **( 2.21)** ، وانحراف معياري **( 0.79)** ، وأيضا **( تنظيمي الجيد لدراستي يساهم في تقليل التوتر ، والقلق ، وزيادة الثقة بنفسي )** جاءت باستجابة متوسطة بمتوسط

حسابي ( **2.21**) ، وانحراف معياري (**0.7767**) ، و في الترتيب الحادي عشر جاءت الفقرة ( **اخصص وقتا محددا لمراجعة المواد الدراسية اليومية**) باستجابة متوسطة ، و بمتوسط حسابي يصل إلى (**2.13**) ، وانحراف معياري (**0.91**) ، وتأتي في المرتبة الثانية عشر ( **أضع أهداف واضحة ومحددة لكل جلسة دراسية ، وقابلة للقياس**) باستجابة متوسطة ، وكان المتوسط الحسابي لها (**2.4**) ، وبانحراف معياري ( **0.73**)بينما جاءت الفقرة ( **أحدد أهدافي الشخصية لزيادة دافعيتي لتنظيم دراستي**) في المرتبة الثالثة عشر باستجابة متوسطة ، وبمتوسط حسابي (**2.07**) ، وبانحراف معياري (**0.87**) ، وتأتي في المرتبة الرابعة عشر( **الظروف المعيشية والمادية تلعب دورا كبير في تنظيم وقتي الدراسي** ) باستجابة متوسطة ، وكان المتوسط الحسابي لها (**2.02**) ، أما الانحراف المعياري كان بقيمة (**0.84**) ، وتأتي في المرتبة الخامسة عشر (**استخدام استراتيجيات القراءة النقدية ، وتدوين الملاحظات لتعزيز الفهم والاحتفاظ بالمعلومات**) باستجابة ضعيفة ، وبمتوسط حسابي (**1.85**) ، وانحراف معياري ( **0.93**) .

**من وجهة** نظر الباحثة أن هذه النتائج تدل على مدى اكتساب الطلاب مهارات التعليم الذاتي من بينها مهارة تنظيم الدراسة ، من هنا تلاحظ الباحثة من خلال النتائج أن الفقرة (**17**) جاءت بمستوى دلالة (**مرتفع**) ، وبنسبة تكرار (**100%**) (**بنعم**) واحتلت المرتبة الأولي هذا يدل على ان الطالب يحتاج إلى دعم مستمر وقوي من قبل الأسرة والأصدقاء سواء كان هذا الدعم نفسي أو اجتماعي حتى يكون له الأثر الايجابي على تنمية قدرته في اكتساب المهارة في تنظيم دراسته التي تسهم في نجاحه الاكاديمي بشكل كبير، وأما الإجابات الذين أجابوا بـ (**على حد ما**) ، (**لا**) فكانت نسبة تكرارهما (**0%**) هذا يدل إلى احتياج الطالب إلى الدعم الأسري ومن الأصدقاء سواء كان نفسيا أو اجتماعي حتى يستطيع التغلب على الصعوبات التي تواجهه في دراسته ، وهذا ما يؤكد عليه البحث الحالي .

كذلك الفقرة (**20**) نلاحظ من خلال اجابات أفراد أنهم أجابوا( **بنعم**) وكانت بنسبة ( **79%**) وجاءت بمستوى دلالة (**مرتفع**) ، واحتلت المرتبة الثانية ، وهذا يرجع إلى أن الجسم السليم في العقل السليم ، الطالب الذي يملك الصحة البدنية و القدرات العقلية يكون أكثر تركيزا في الدراسة ، والقدرة على التخطيط بشكل جيد ، وضع الأهداف والعمل على تحقيقها و كذلك في إدارة الوقت للوصول إلى مستوى عالي في دراسته، وهذا يحتاج إلى غذاء صحي ، وإلى لياقة بدنية ، وممارسة الأنشطة الفكرية في العديد من المجالات ، وأما الذين أجابوا بـ (**إلى حد ما**) ، **وبـ (لا)** كانت نسب تكرارهما (**12%- 9%**) متقارب جدا هذا يدل على عدم المبالاة والاهتمام بصحتهم الجسدية أو العقلية ، وأحيانا يرجع إلى انعدام الرغبة في الدراسة ، أو الاهتمام بتحسين مستواهم الدراسي ، أو ربما يرجع إلى ظروف معينة تعيق هذا التركيز والانتباه ، وهذا ما أكد عليه كلا من ( الاغبري: 2000 ، ص 432) ، (فؤاد أبو حطب : 1996) .

كما جاءت الفقرة (**19- 24**) في المرتبة الثالثة ، وكانت إجابات عينة البحث أغلبهم (**بنعم**)، وكانت بنسبة (**60%**) بمستوى دلالة (**متوسط** )، ترى الباحثة أن هذه النتائج تدل على بأن البيئة الدراسية الهادئة ، ومتوفرة فيها جميع سبل الراحة فهي تعتبر عنصرا مهما ، وفعال في مساعدة الطالب على المذاكرة ، التركيز، وإنجاز مهامه الدراسية في أسرع وقت ، وأقل مجهود ، وأحيانا يرجع السبب أن هناك بعض الطلاب لا يمكنهم المذاكرة ، وإنجاز أعمالهم في بيئة غير هادئة مما يعيق تقدمهم ، وحصولهم على درجات عالية من الناحية الأكاديمية . فالبيئة الدراسية الصحية تعتبر من العوامل المؤثرة والفعالة في اكتساب مهارة تنظيم الدراسة ، وإدارة الوقت بشكل فعال ، والذين أجابوا بـ (**إلى حد ما** ) (**15%- 12%**) ، (**لا**) (**12%- 15%**) كانت النسبة التكرار متقاربة جدا ، وهذا يدل على أن مقدرتهم على الدراسة في بيئة غير صحية دراسيا ، ولا تؤثر عليهم في فعاليتهم في تنظيم دراستهم ، وكذلك لا تؤثر فيهم الضغوط النفسية والاجتماعية على تنظيم دراستهم ، واحيانا يرجع ذلك قدراتهم على مواجهة

الصعوبات والتغلب عليها ، وكما يرجع أيضا إلى عدم الاهتمام بالدراسة ، أو تحسين تحصيلهم العلمي وتحقيقهم للنجاح الاكاديمي هذا ما أكدت عليه دراسة كلا من (محمود سليمان داهواد : 2023) ، (منصوري : 2021) .

أيضا من خلال إطلاع الباحثة على إجابات عينة الباحثة فقد جاءت الفقرة **(7- 16- 21- 23- 25)** في المرتبة الرابعة ، بمستوى دلالة متوسط ، ففي الفقرة **(7)** جاءت الإجابة بنعم بنسبة تكرار **(67%)** وهذا يدل على وعي أفراد العينة بأهمية إدارة الوقت للطالب والاستفادة منه بشكل ، والاستمتاع بدراسته ، واستثمار للأوقات فراغه ، وإنجاز العمل الدراسي ، وأحيانا يرجع إلى قدرة الطالب المهارية على تنظيم الدراسة على توزيع وقته بما يناسب طبيعة المقررات ، وظروفه والتزاماته ، وبهذا تتزايد فاعلية تنظيم الدراسة لدى الطالب من خلال اعتمده على التعلم الذاتي ، وأما الذين أجابوا بـ **( إلى حدا ما )** وكانت بنسبة **(12%)** يرجع هذا إلى قلة الاهتمام بقيمة الوقت والاستفادة منه في إنجاز أعمالهم الدراسية ، واحيانا يرجع إلى افتقارهم لمهارة إدارة الوقت وتنظيمه لصالح دراستهم ، وأما الذين أجابوا بـ **(لا)** ، وكانت بنسبة تكرار **(21%)** تدل هذه الإجابة على عدم اكتسابهم لمهارة تنظيم الدراسة وكذلك مهارة إدارة الوقت ، واحيانا يرجع إلى عدم اهتمامهم بمستواهم الدراسي ، أو السعي إلى النجاح الاكاديمي كما أكد عليه دراسة (الغراز :2009) ، (فوقية راضي : 2002).

أما الفقرة **(16)** فجاءت الإجابة عليها بـ **(نعم)** ، وكانت نسب التكرار **(63%)** وهي ذات دلالة بمستوى متوسطة ، يرجع ذلك إلى أهمية احتياج الطالب لتحفيز الذاتي وتشجيعه على الالتزام بالمواظبة على دراسته يعتبر من العوامل المؤثرة على المستوى الاكاديمي لديه ، أما الإجابات **(إلى حدا ما)** ، **(لا)** فإن اجاباتهم ترجع إلى عدم أدراكهم لأهمية التحفيز الذاتي في الالتزام بدراستهم ، ورفع من مستواهم الأكاديمي ، ويرجع أحيانا إلى عدم رغبتهم في مواصلة دراستهم أو نتيجة لظروف معينة تحيط بهم كما أكد عليه كلا من (أحمد الشافعي :2015) ، ( النبل وآخرون :2020) .

كما جاءت الفقرة **(21)** بنسبة تكرار **(63%)** للذين أجابوا بـ **(نعم)** ، وبدلالة ذات مستوى متوسط ، تبين من خلال هذه الإجابة بأنه يشعرون بقلة قدرتهم في إدارة الوقت بشكل جيد ، وقلة خبراتهم من الاستفادة منه في وتوزيعه بين الدراسة والأنشطة الأخرى ، وقد يرجع أحيانا إلى عدم وضعهم جدول يومي ، وتوزيع ساعاته ، والالتزام به لكي يتيح لهم الفرصة من الاستثمار من الوقت والاستفادة القصوى منه ، أو وضع جدول غير منظم يشعرهم بالملل والضجر من الدراسة ، أما الذين أجابوا بـ **(إلى حد ما)** فجاءت نسبة التكرار**(20%)** فهذا يدل على بأن لديهم القدرة البسيطة على التخطيط لإدارة الوقت ووضع جدول زمني لدراستهم وفق فترات الامتحانات بشكل منظم ومرن ، كذلك يرجع إلى سيطرتهم على الوقت بدلا منه في الفترات الصعبة ، وتخصيصهم وقتا للأنشطة الأخرى أما الذين اجابوا بـ **(لا)** وكانت نسبة التكرار **(17%)** يرجع ذلك إلى إدارتهم الناجحة في للوقت ، والسيطرة عليه ، وقدرتهم على استثماره ، والاستفادة القصوى من خلال وضع الجدول الدراسي لتنظيم دراستهم ، وممارستهم بالأنشطة الأخرى بما يتناسب مع الجدول الدراسي الموضوع من قبل هذا ما أشار إليه كلا من ( جمال السيد مصطفى :2006) ، (فهد ناصر العبودي : 1423 هـ)

أما بخصوص الفقرة **(23)** فقد جاءت بالإجابة عليها بـ **(نعم)** ، وكانت بنسبة تكرار **(63%)** بمستوى دلالة متوسط ، وهي تمثل الأغلبية العظمي من أفراد العينة ، يرجع ذلك بأن الطالب قد يواجه العديد من التحديات تمنعه من تنظيم دراسته ، والالتزام بالخطط الذي وضعها بسبب عدم امتلاكه لقدرات تساعده في مواجهة تلك التحديات ، أحيانا يواجه الطالب عدم توفير بيئة دراسية مناسبة تمنعه من تحمل المسؤولية أتجاه ألتزمه بتنفيذ الخطط التي وضعه ، وأيضا يرجع إلى الضغوط النفسية والاجتماعية نتيجة التوتر من فترة الامتحان ، وربما يرجع إلى قلة

معرفة الطالب بأساليب التنظيم الفعالة للدراسة ، وغيرها من التحديات ، أما الذين أجابوا **(إلى حدا ما)** فكانت نسبة التكرار **(17%)** ، وهذا يرجع إلى امتلاك بعض القدرات لدى هؤلاء الطلاب على مواجهة بعض التحديات التي يسهل التغلب عليها ، أو عدم الاهتمام بهذة التحديات أن وجدت أما لا ، أما الذين أجابوا **(لا)** ، وكانت نسبة التكرار **(20%)** ، وهذا يرجع إلى قدرة هؤلاء الطلاب على مواجهة التحديات ، ويملكون مهارة حل المشكلات لمواجهتا ، كذلك يرجع أحيانا إلى امتلكهم مهارة إدارة الوقت بشكل فعال ، وأيضا يرجع إلى الراحة النفسية ، وتوفير بيئة أسرية هادئة ، أو يملكون أساليب جيدة وفعالة لتنظيم دراستهم ، وهذا ما أشار إليه كلا من ( الرهيمي ، الماريديني: 2014)، ( جمعة سيد يوسف : 2000).

وجاءت الفقرة **(25)** بمستوى دلالة متوسطة فكان النصيب الأكبر من الإجابات على الفقرة بـ **(نعم)** ، وجاءت بنسبة تكرار **(67%)** ، وهذا يدل على أن الطلاب لا يمتلكون أساليب ، وأدوات فعالة لمساعدتهم في تنظيم دراستهم ، أو لا يمتلكون المهارات الكافية لاكتساب تلك الأساليب من بينها أسلوب التعلم الذاتي الذي يعتبر من العوامل المهمة في مساعدة الطلاب في تنظيم دراستهم و من بينها وضع الأهداف والخطط ، وكذلك يفتقرون لمهارة إدارة الوقت ، وكيفية وضع جدول زمني ينظم دراستهم وأنشطتهم ، واستغلال الوقت واستثماره ، وهذه الأمور تعمل على زيادة الفاعلية تنظيم الدراسة أما الذين أجابوا **(إلى حد ما)** ، وكانت نسبة التكرار **(12%)** ، هذه النسبة ضعيفة جدا ، و يرجع هذا إلى قلة معرفتهم بأهمية الأساليب والأدوات الفعالة في تنظيم الدراسة ، وأحيانا يرجع إلى تنظيم دراستهم من خلال وضع جدول زمنية في فترات الامتحانات فقط والذين أجابوا **(لا)** فكانت نسبة التكرار لها **(17%)** هذه النسبة تعبر على فئة من الطلاب يمتلكون هذه الأساليب والأدوات الفعالة في تنظيم الدراسة المتمثلة في إدارة الوقت ، واستثماره ، والجدول الدراسي ، وإنجاز العمل في الوقت المناسب ، ومهارة التعلم الذاتي ، وكذلك يرجع إلى إدراك هؤلاء الطلاب لأهمية تلك الأساليب والأدوات في الرفع من مستواهم الدراسي ، وحصولهم على النجاح الاكاديمي ، وهذا ما يعرف بالعادات الدراسية الجيدة ، وهذا ما أكد عليه (علي الزعبي ، ومحمود الواوي : 2011) ، (السويدان ، العدلوني : 2001).

كما جاءت الفقرات **(5 – 9- 10 - 22)** بالمرتبة الخامسة بنسب تكرار للذين أجابوا بـ **(نعم)** تتراوح بين **(61%- 59%- 61%- 59%)** وهي نسب متقاربة ،وكان مستوى دلالتها متوسطة ، حيث كانت الإجابة بـ **(نعم)** في الفقرة **(5)** جاءت بنسبة تكرار **(61)** وتعتبر نسبة مرتفعة دلالة على ان هؤلاء الطلاب يملكون الثقة بأنفسهم في وضع ، و تحديد أهدافهم بشكل جيد فيما يتناسب مهاراتهم وكفاءتهم في تحقيقها ، كذلك متابعتهم المستمرة لتقدمهم يشعرهم بالتقدم ، وإنجاز أعمالهم الدراسية بشكل أفضل ، والذين أجابوا بـ **(إلى حد ما)** وكانت بنسبة **(23%)** في الفقرة **(5)** هذا يدل على وضع الأهداف بشكل غير مناسب مع قدراتهم على تحقيقها ، وقلة متابعتهم لأعمالهم المكلفين بها ، والتكاسل في وعي الطلاب التام بأهمية التخطيط الجيد للوقت ومساهمته في تنظيم الدراسة ، وحرصهم على إنجازها مما يشعرهم بقلة الثقة بأنفسهم ، نتيجة الضعف في مهاراتهم التنظيمية ، وأما الذين أجابوا بـ **( لا)** يرجع ذلك إلى عدم وضع الأهداف وتحديدها نهائيا ، كما يدل أيضا على عدم متابعتهم لتقدمهم في دراستهم ، وانعدم ثقتهم بأنفسهم في إنجاز أعمالهم وهذا أشار إليه ( نادر أبو شيخة : 2006) ، ( وجاءت الإجابة بنعم في الفقرة **(9)** تأكد على المراجعة المستمرة خلال العام الدراسي تتيح الفرصة لتحقيق النجاح الاكاديمي ، كذلك يرجع إلى معرفتهم لفوائد التخطيط للوقت ، وجدولته ، وإدارته في تعزيز الفهم ، والاستيعاب ، والاحتفاظ بالمعلومات لفترة طويلة بشكل أفضل ، وأعمق ، هذا ما أكده (سيد شتا وآخرون ، 2006) ، أما الذين أجابوا **(إلى حد ما)** وجاءت نسبة التكرار **(28%)** يرجع ذلك إلى قلة معرفتهم بأهمية ، وفوائد التخطيط للوقت في تنظيم دراسته ، وتحقيق أهدافه ، وأحيانا يرجع إلى قلة طموح هؤلاء الطلاب للوصول إلى مستوى أكاديمي أفضل ، وأحيانا يرجع

إلى قلة الاستيعاب للمعلومات والاحتفاظ بها لفترة طويلة ، أما الذين أجابوا **(لا)** وكانت نسبة التكرار **(13%)** وهذه نسبة ضعيفة تدل على عدم معرفة هؤلاء بأهمية التخطيط للوقت وإداراته ، وكذلك انعدم الطموح لديهم للوصول إلى النجاح الاكاديمي لديهم في حياتهم الدراسية ، وأشار إلى ذلك (رفعان آل الشريف : 2019) أما الفقرة **(10)** ، جاءت بمستوى دلالة متوسطة، فلقد أكد أفراد العينة الذين أجابوا بـ **(نعم)** وكانت بنسبة تكرار **(61%)** ، وهذا يؤكد على هؤلاء الطلاب بأنهم في أمس الحاجة إلى مهارة تنظيم الدراسة لدعمهم ومساعدتهم في اكتساب العادات الصحية الدراسية المستدامة ، كما يرجع ذلك لمعرفتهم بقيمة هذه العادات ودورها الفاعلة في تعزيز فعالية الدراسة على المدى الطويل ، وأيضا معرفتهم بدورها في تحقيق التوازن بين الالتزامات الأكاديمية ، والحياة اليومية تتمثل هذه العادات في ( تحديد أهداف واقعية ، وقابلة للتحقيق ، وإدارة الوقت بفعالية ، خلق بيئة دراسية مناسب ، الراحة والنوم الكافي ، التغذية السليمة ، وممارسة الرياضة بانتظام ، والتوزان بين الدراسة والحياة الشخصية ، استخدام أساليب دراسية فعالة ، والتحكم في التوتر والقلق ، تقييم التقدم بشكل دوري )، جميع هذه العادات وتطبيقها تسهم في تحسين الأداء الاكاديمي ، وبناء نظام دراسة صحي ، ومستدام ينعكس إيجابيا على الصحة العامة ، والنجاح الشخصي . وهؤلاء الطلاب يختلفون عن غيرهم من الطلاب الذين لم يكتسبوا تلك العادات هذا ما أشار إليه دراسة (خديجة عبد شهاب ، محمد امين الضناوي : 2023) ، ودراسة (ندى أحمد عبد الله ؛2007) ، أو قلة معرفتهم بأهميتها في حياتهم الدراسية والشخصية ، وأحيانا يرجع إلى عدم الاهتمام بمثل هذه العادات ، وعدم الحرص على اكتسابها كما جاء في الإجابات لبقية أفراد العينة المتمثلة في الإجابات **(إلى حد ما)** وكانت بنسبة **(23%)** ، **(لا)** بنسبة **(16%)**.

كما جاءت الفقرة **(22)** بمستوى دلالة متوسط ، وبنسبة تكرار **(48%)** للذين أجابوا بـ **(نعم)** حول شعورهم بالملل والتشتت أثناء قيامهم ومحاولتهم لتنظيم لدراستهم ، يرجع هذا إلى عدم الاتزان النفسي ، والخوف الزائد ، كما يرجع أيضا إلى الطاقة الانفعالية ، والمعتقدات والقيم ، وبهذا ينتج عند الطلاب تناقص ميله للدراسة ، وقلة التركيز أثناء الدراسة ، أيضا يرجع إلى قلة الكفاءة في قدرتهم في تنظيم الدراسة ، وعدم الاسترخاء والعصبية الزائدة لديهم ، أما الذين أجابوا **(إلى حدا ما)** ، وكانت بنسبة **(28%)** ، هذا يرجع إلى شعورهم ببعض الراحة ، وقلة تعرضهم للضغوط النفسية ، وأحيانا يرجع إلى مقدرتهم على مواجهة التوتر ، والقلق ببعض الأنشطة البسيطة للترويح ، وتقسيم أوقات الدراسة بشكل مبسط ، أما الذين أجابوا **(لا)** ، وكانت نسبة التكرار **(13%)** فهي نسبة ضئيلة ، ويدل هذا على أن هؤلاء الطلاب لديهم التوازن النفسي ، ويتمتعون بصحة نفسية وبدنية صحية ، كما يرجع أحيانا إلى ممارستهم للأنشطة من أجل الاستجمام ، وإدخال الفرح والسرور لأنفسهم ، وقد يرجع أيضا لقدرتهم على الفصل بين حياته الدراسية والحياة الشخصية ، وهؤلاء الطلاب يختلفون عن غيرهم من الطلاب الذين لا يمتلكون مثل هذه العادات الدراسية الصحية المستدامة . هذا ما أكده (سيد شتا وآخرون : 2006) ، (الكس مين :1984) ، ( دخان ، الحجار : 2006)

أما بخصوص الفقرات **(15 - 6)** فقد جاءت في المرتبة السادسة ، وبمستوى دلالة متوسطة ، فجاء تكرار الإجابة بـ **(نعم )** بنسبة **(57%)** فهذا يرجع إلى معرفة الطلاب بأهمية التكنولوجيا في التعلم الذاتي ، والتعلم عن بعد بتوفيرها فرصا لاستمرارية التعلم ، ، والاستفادة منها في وضع الخطط ، وتنفيذ البرامج بشكل مبتكر في كيفية اكتساب مهارات تنظيم الدراسة ، كذلك اتقانهم في استخدام هذه التكنولوجيا في الاستفادة من خبرات الآخرين في تنظيم حياتهم الدراسية. وكذلك تحسنهم في أدائهم الدراسي ، ومستواهم الاكاديمي وهذا بسبب مهارتهم في تنظيم الدراسة ، وكفاءتهم في إدارة الوقت هذا كما جاء في الإجابة بنعم وبنسبة تكرار**(57%)** في الفقرة **(6)** ، أما الذين أجابوا بـــ **(إلى حد ما )** في الفقرة **(15)**، وكانت نسبة التكرار **(27%)** هذا يرجع إلى قلة معرفتهم بأهميتها

أو قلة استخدمها في مجالات التعلم ، ومساهمتها في تطوير مهاراتهم في تنظيم الدراسة ، وأما الذين أجابوا بـ **(إلى حد ما)** في الفقرة **(6)** وكانت بنسبة تكرار **(23%)** ، وهذا يدل على قلة مهارتهم في تنظيم الدراسة ، وأيضا يرجع إلى عدم الاستفادة بالوقت واستثماره بشكل جيد ، وأيضا يرجع إلى عدم وضوح أهدافهم ، وأما الذين أجابوا بـ **(لا)** وكانت بنسبة **(16%)** في الفقرة **(15)**، وهذا يدل على عدم استخدام التكنولوجيا في حياتهم الدراسية نهائيا ، لا مبالاة في الاهتمام بتنظيم الدراسية ، أو التحصيل الدراسي ، أو نجاحهم الاكاديمي ، أو تطوير أنفسهم ، وأما الذين أجابوا بـ **(لا)** وكانت بنسبة تكرار **(20%)** في الفقرة **(6)** يرجع هذا إلى عدم امتلاكهم المهارات التنظيمية للدراسة ، وعدم العمل على تحسين تحصيلهم الاكاديمي مع انعدام الرغبة نهائيا في الدراسة ، هذا ما أكدت عليه دراسة ( ايناس الحناوي ، 2011) و(أمال عبد الفتاح شعيشع : 2004)

وجاءت الفقرة **(11)** في المرتبة السابعة فكانت نسبة تكرار الذين أجابوا بـ **( نعم ) (55%)** يرجع هذا إلى معرفة هؤلاء الطلاب بأهمية الجداول الزمنية في تنظيم الدراسة ، وكذلك أهميتها في إدارة الوقت ، وأحيانا يرجع إلى بعض الطلبة يفضلون العمل وفق جدول بما يناسب طبيعتهم وظروفهم ، واحتياجاتهم وذلك من اجل زيادة الفعالية في الدراسي والتفوق الاكاديمي ، أما الذين أجابوا بـ **(إلى حد ما)** ، كانت بنسبة التكرار **(24%)** يرجع هذا إلى قلة الاهتمام بوضع جدول دراسي للمذاكرة اليومية ، وأحيانا يرجع إلى قلة امتلاك المهارات الأساسية في وضع الجدول الزمني ، أو نتيجة ظروف معينة ، وبنسب للذين أجابوا بـ **(لا)** يرجع ذلك إلى عدم الوعي بأهمية الجدول الدراسي في تنظيم وقت الدراسة ، أو يرجع ذلك إلى عدم قدرة هؤلاء الطلاب على وضع الجدول ، وتقسيم الوقت بما يتناسب مع كل الظروف .(العجيمي : 2000، ص177) ، (ندى أحمد عبد الله : 2007)

أما الفقرة **(2)** فقد جاءت في المرتبة الثامنة ، وبمستوى دلالة متوسط ، فكان تكرار الذين أجابوا **(بنعم)** بنسبة **(52%)** ، وهذا يدل على اهتمام هؤلاء بدراستهم و تفوقهم الاكاديمي ، و ،سعيهم للحصول على درجات عالية ، واحيانا يرجع إلى المثابرة و العمل على تحسين كفاءته في وضع أهدافهم الدراسية بشكل مستمر ، أما الذين أجابوا بـ **(إلى حد ما)** وكانت بنسبة تكرار **(21%)** ، هذا يدل على قلة الاهتمام بمراجعة دروسهم بشكل مستمر ، ولم يضعوا أهداف يسعوا إلى تحقيقها . أما الذين أجابوا بـ **(لا)** وكانت بنسبة تكرار **(27%)** يدل هذا على عدم الاهتمام بالمراجعة المنتظمة ، و ولا يملكون الكفاءة في وضع الأهداف وتحديدها .

كما جاءت الفقرة **(12)** في المرتبة التاسعة بمستوى دلالة متوسط فكانت نسبة تكرار الذين أجابوا بـ **(نعم ) (44%)** ، يرجع هذا إلى الاهتمام الكبير من قبل هؤلاء الطلاب بأهمية إدارة الوقت من ناحية تطبيقاتها ، وبرامجها في تحقيق التوزان بين الدراسة ، والأنشطة الأخرى مما من شأنه التقليل من التوتر والتشتت ، كما يرجع أيضا إلى تقليل المجهود وتقصير الوقت في الدراسة والاستثمار الوقت بشكل أفضل في التعلم ، كما يرجع أحيانا إلى خلق التوزان النفسي بينهم ، وأما الذين أجابو **بـ (إلى حدا ما )** وكانت نسبة التكرار **(34%)** هذا يرجع إلى قلة معرفة أهمية التطبيقات والبرامج في تنظيم الدراسة ، وذلك من خلال إدارة الوقت ، وأحيانا يرجع إلى قلة الانتباه في اهدار الوقت وضياعه دون الاستفادة منه ، أو يرجع إلى قلة الكفاءة في تحقيق الاتزان بين الدراسة والأنشطة الأخرى ، وأما الذين أجابوا بـ **(لا)** وكانت بنسبة تكرار **(22%)** يدل هذا على عدم الوعي بأهمية الوقت ، وكذلك انعدام الاستفادة من التطبيقات والبرامج في إدارته ، ولا يوجد اهتمام نهائيا ، بالدراسة ولا بالأنشطة الأخرى ، وأحيانا يرجع إلى عدم السعي إلى تحقيق التوازن للوصول إلى النجاح الاكاديمي ، وقد أشارت دراسة (الكس مين :1984) ، (سيد شتا وآخرون : 2006)، وكما أكد عليه (مقال بعنوان استراتيجيات تنظيم اليوم الجامعي ، دليلك لتحقيق النجاح الاكاديمي : 2024)

كما جاءت الفقرات **(3 – 8)** في المرتبة العاشرة ، وبمستوى دلالة متوسط ، وكانت إجابات الذين أجابوا بنعم متقاربة تتراوح بين **(44%- 43%)** بخصوص الفقرة **(3)** تدل الإجابة بنعم على أن هؤلاء الطلاب ملتزمين بتحقيق أهدافهم التي تناسب أنفسهم سواء كانت دراسية أو شخصية ، واستخدام جميعا للوسائل للوصول تلك الأهداف للحصول على النجاح الاكاديمي بمستوى متفوق حتى يخلق لديهم الاتزان النفسي أما بخصوص الفقرة **(8)** تدل الإجابة بنعم فهي تدل على بأن التنظيم الجيد لطلاب المتميزين يقلل من التوتر والقلق لديهم ، كما يرجع أحيانا إلى التوافق النفسي لديهم مما يزيد في الثقة بأنفسهم ، كذلك جاءت الإجابات في الفقرتين بـ **(إلى حد ما)** بنسبة تكرار متقاربة أيضا تتراوح بين **(27% - 29%)** في الفقرة **(3)** يدل على قلة التزام بعض الطلاب بتحقيق الأهداف ، ويرجع ذلك إلى قلة معرفتهم بأهمية هذه الأهداف في تحقيق النجاح الاكاديمي لديهم ، أما الفقرة **(8)** فتدل الإجابة بـ **(نعم)** وكانت نسبة تكرارها **(43%)** على قلة الاهتمام بوضع جدول زمني من أجل تنظيم الدراسة مما يسهم في خلق عدم الاتزان النفسي والاجتماعي لديهم مما يؤثر على مستواهم الدراسي ، وزيادة التوتر والقلق ، وعد الثقة بأنفسهم ، وخاصة فترة الامتحانات مما يعكس ذلك على مستواهم الدراسي ، بنسبة للذين أجابوا بـ **(لا)** في الفقرة **(3)** تدل الإجابة على لا يوجد إلتزام نهائيا بتحقيق الأهداف ، وأيضا يرجع إلى عدم وجود أهداف ، ولا يدركوا أهميتها في النجاح الاكاديمي ، أما ما جاء في الفقرة **(8)** بخصوص الذين أجابوا بـ **(لا)** فهذا يدل على أن هؤلاء الطلاب لا يملكون المهارات في تنظيم الدراسة ، وأحيانا يواجهون الكثير من الضغوط النفسية والاجتماعية مسببة لهم التوتر والقلق ، وفقدان الثقة بأنفسهم ، وهذا ما أشار إليه (أمجاد عباد مسلم القرشي : 2021) .

أما الفقرة **(13)** فقد جاءت في المرتبة الحادي عشر ، وبمستوى دلالة متوسط ، وكانت نسبة التكرار بـ **(نعم) (49%)** يدل هذا على أن هؤلاء الطلاب يملكون مهارة إدارة الوقت ، ومهارة التخطيط لتنظيم دراستهم من خلال وضع جدول زمني لمراجعة مقرراتهم الدراسية بشكل منظم وفعال على مدار السنة الدراسية ، عكس الذين أجابوا بـ **(إلى حد ما)** وكان التكرار بنسبة **(16%)** يرجع هذا إلى قلة امتلاكهم لمهارة التخطيط بشكل مستمر ، وأن كان يكون لفترات متقطعة خلال السنة أي في فترة الامتحانات فقط ، وأحيانا يرجع إلى بعض الظروف التي تواجههم خلال فترة الدراسة ، أما الذين أجابوا بـ **(لا)** وكان بنسبة **(35%)** وهذا يدل على انعدام معرفتهم بقيمة الوقت ، وأحيانا يرجع ليس لديهم الوقت بسبب يكونوا مشغولين بمعاونة أسرهم على المعيشة ، وأيضا يرجع إلى عدم وجود الطموح لديهم للوصول إلى النجاح الأكاديمي .هذا ما أكدت عليه دراسة (مريم عويني :2018) ، ( بشير العملاق: 2009).

أما الفقرة **(1)** فقد جاءت في المرتبة الثانية عشر ، وبمستوى بدلالة متوسط ، فكان تكرار إجابات أفراد العينة بـ **(نعم )** بنسبة **(55%)** يرجع هذا إلى المعرفة التامة بأهمية وضع الأهداف ، وتحديدها من قبل المتعلم لكل وقت من أوقات المذاكرة ، والعمل على مراجعتها ، وقياسها من أجل الوصول لتحقيقها ، كذلك يرجع إلى قدرة هؤلاء الطلاب التنظيمية بمستوى الفاعلية المطلوبة لتحقيق نجاحهم الاكاديمي ، وهذه المهارة تعتبر من الخصائص المميزة للطالب الجامعي الناجح ، وأحيانا يرجع إلى النمو الفكري لديهم ، أما الذين أجابوا بـ **(إلى حد ما)** وكانت نسبة التكرار **(31%)** ، وهذا يدل على قلة وعيهم بأهمية وضع الأهداف ، وتحديدها في تنظيم دراستهم ، ومساعدتهم للوصول إلى النجاح الأكاديمي ، وأحيانا يرجع إلى ضعف رغبتهم في التعلم ، قلة اكتسابهم للمهارات التنظيمية الفاعلة في وضع الأهداف وتحديدها ، والذين أجابوا بـ **(لا)** وكانت بنسبة تكرار **(14%)** يرجع هذا إلى عدم وجود الرغبة في الدراسة ، والسعي للحصول على النجاح الاكاديمي ، وقد يرجع إلى عدم اكتسابهم للمهارات التنظيمية على وضع الأهداف وتحديدها ، وأحيانا يرجع إلى عدم تحمل المشاق من أجل تحقيق الأهداف الدراسية البعيدة (سهيل مهند سلامة :1406هـ).

كما جاءت الفقرة ( **4**) في المرتبة الثالثة عشر ، وبمستوى دلالة متوسطة فكانت نسبة تكرار الإجابات بـ **(نعم) (42%)** يرجع هذا إلى حرص هؤلاء الطلاب على زيادة دافعيتهم لتنظيم دراستهم من خلال وضعهم لأهداف دراسية متفقة مع أهدافهم الشخصية ، وأحيانا يدل على توافقهم النفسي والاجتماعي ، و توازنهم الفكري والعلمي في حياتهم الدراسية والشخصية من أجل تحسن مستوى مهاراتهم ، والذين أجابوا بـ **(إلى حد ما)** ، وكانت بنسبة التكرار **(24%)** يدل هذا يدل على قلة دافعية هؤلاء على تنظيم الدراسة ، أو نتيجة ضعف الاتزان النفسي والاجتماعي لديهم ، وأحيانا يرجع إلى قلة قدرتهم على وضع وتحديد أهداف دراسية متوافقة مع أهدافهم الشخصية ، والعمل على تحسين مستوهم الاكاديمي ، أما بخصوص إجابة الذين بـ **(لا)** (وكانت بنسبة **(34%)** هذا يدل على أن هؤلاء الطلاب لا يوجد لديه التوافق ، والاتزان النفسي والاجتماعي في التنسيق بين أهدافهم الدراسية والشخصية ، وعدم وجود لديهم دافعية لتنظيم دراستهم ، كذلك يرجع إلى وجود ظروف تمنعه من وضع الأهداف أو عدم امتلاكهم للمهارات تنظيمية تساعدهم في وضعها هذا ما أشارت أليه دراسة (ربحي مصطفى عليان: 2005)

جاءت في المرتبة الرابعة عشر الفقرة **(18)** بمستوى متوسط ، فقد كانت نسبة التكرار للإجابة بـ **(نعم) (37%)** يدل هذا على تأثير هذه الظروف سلبيا على قدرتهم على إدارة الوقت في تنظيم دراستهم ، وأيضا يرجع على كونها عاملا من العوامل التي تؤثر على فاعلية إنجازهم الاكاديمي ، أما الذين أجابوا بـ **(إلى حد ما)** وكانت نسبة التكرار **(29%)** يرجع إلى محاولتهم في التغلب على تلك الظروف من أجل الحد من تأثيرها السلبي على دراستهم ، وأحيانا يرجع قدرتهم على مواكبة تلك الظروف في أوقات معينة من الدراسة وخاصة في فترة الامتحانات ، وأما الذين أجابوا بـ **(لا)** وكانت بنسبة **(34%)** يرجع هذا قدرة الطلاب على التغلب على الظروف المعيشية ، والمادية ، و أحيانا يرجع إلى عدم تأثرهم بهذه الظروف نتيجة المهارات التنظيمية التي يمتلكونه في إدارة الوقت ، ووضع الأهداف ، والجداول الزمنية ، كما يرجع أيضا إلى التوزان ، والتوافق النفسي ، والاجتماعي ، والدراسي .

وجاءت الفقرة **(14)** في المرتبة الخامسة عشر ، وبمستوى دلالة ضعيف ، فكانت نسبة تكرار الإجابة بـ **(نعم) (37%)** ، وهذا يدل على معرفتهم بأهمية استخدام استراتيجيات التعلم الفعال في تعزيز الفهم ، والاحتفاظ بالمعلومات لمدة طويلة ، من بينها استراتيجية القراءة النقدية ، وتدوين الملاحظات ، وأحيانا يرجع إلى قدرتهم في اختيار تلك الاستراتيجيات بسبب مهاراتهم التنظيمية في دراستهم لتعزيز الثقة بأنفسهم ، والتغلب على المشكلات التي تواجههم ، وتحسين مستواهم الاكاديمي . والذين أجابوا بـ **(إلى حد ما)** وبنسبة تكرار **(12%)** هذه نسبة ضعيفة جدا لأنها تعبر على نسبة ضئيلة من الطلاب الذين لا يستخدموا الاستراتيجيات التعلم الحديثة إلا لأوقات الضرورة في فترة الامتحانات ، وأيضا يرجع لقلة وعيهم بأهميتها في تطوير مستواهم الاكاديمي ، وأما الذين أجابوا بـ **(لا)** وكانت نسبة تكرار إجابتهم **(51%)** فهي تمثل نسبة متوسطة من إجابات أفراد العينة ، وهذا يدل على عدم معرفتهم الكاملة بأهمية ، وفوائد هذه الاستراتيجيات في تنمية مهارة تنظيم الدراسة ، ، كما يرجع أيضا عدم الرغبة في تحسين مستواهم الدراسي ، والسعي للحصول على النجاح الاكاديمي ، كما يرجع أيضا إلى عدم القدرة على استخدامها بفاعلية في إدارة الوقت ، واستثمارها في تحقيق أهدافهم الشخصية والدراسية ، كما أشارت إليه دراسة (ندى أحمد عبدالله : 2007) ، (شاكر :2024) .

**نتائج البحث :**

أظهر البحث مجموعة من النتائج من خلال إجابات أفراد عينة البحث ، وهي على النحو الآتي :

1 – أكدت نتائج البحث على درجة وعي الطلاب بأهمية مهارة تنظيم الدراسة باعتبارها من أهم المهارات الدراسية الأساسية للطالب ، لتحقيق النجاح الاكاديمي .

2 - بينت نتائج البحث أن الدعم من قبل الأسرة والأصدقاء يؤثر إيجابيا على قدرة الطالب في اكتساب المهارات التنظيمية في الدراسة ، وإدارة الوقت والاستفادة القصوى منه .

3 - كما أكدت نتائج البحث على الدور الحيوي والفعال لصحة النفسية ، والجسدية ، والعقلية في تحسين تركيز وانتباه الطلاب في دراستهم .

4 - يجب استخدام التكنولوجيا لتوفير للطالب طرق تدريس ، واستراتيجيات حديثة لتعلم مثل ( التعلم الذاتي ، والتعلم عن بعد ، وحل المشكلات ، القراءة النقدية ، وتدوين الملاحظات) لتعزيز الفهم والاحتفاظ بالمعلومات .

5 - تؤكد نتائج البحث على أهمية البيئة الدراسية الصحية في تنظيم الدراسة ، وإدارة الوقت

6 - توضح نتائج البحث بأن تحديد الأهداف الدراسية والشخصية تسهم في النجاح الأكاديمي لدى الطالب .

7 – تبين نتائج البحث مساهمة مهارة تنظيم الدراسة في جعل الطالب نموذجا في الاعتماد على نفسه في التعلم بحيث يصبح متعلما ، ومعلما في نفس الوقت ، وقادرا على تقويم تحصيله ، واستيعابه .

8- تؤكد نتائج البحث على أن التوافق النفسي ، والدراسي يساعد الطالب في التغلب على الضغوط النفسية والاجتماعية التي تواجهه في دراسته .

9 – تؤكد نتائج البحث أيضا على ضرورة وضع الاعتبارات الاجتماعية ، والدراسية في اعتبار الطالب عند تخطيط الجدول ، وتنظيم الوقت حتى لا يتعارض مع دراسته والأنشطة الأخرى التي يمارسها .

10- ومن نتائج البحث التي توصل إليها ضرورة اكتساب العادات الدراسية الصحية المتمثلة في ( تحديد الأهداف ، إدارة الوقت بفاعلية ، خلق بيئة دراسية مناسبة ، الراحة والنوم الكافي ، التغذية السليمة ، ممارسة الرياضة بانتظام ، التوزان بين الدراسة والحياة الشخصية ، استخدام أساليب دراسية فعالة ، التحكم في التوتر ، تقييم التقدم بشكل دوري)

11- يؤكد البحث على الكشف عن تحديات التي تواجه الطلاب في تنظيم دراستهم مثل قلة الوعي ، والضغط الاكاديمي ، ونقص الدعم .

12- كما تؤكد نتائج البحث على تطوير أدوات ، وبرامج إرشادية تساعد الطلاب على تنظيم دراستهم بشكل أفضل .

**التوصيات :**

يوصي البحث بالتوصيات التالية :

1 – تعزيز الوعي بأهمية تنظيم الدراسة من خلال تنظيم ورش عمل توعوية للطلاب حول كيفية وضع خطط دراسية فعالة ، وممارسة مستدامة لتحسين الأداء الاكاديمي .

2 – إدخال تنظيم الدراسة كمادة تدريبية ، و إدراج مهارات تنظيم الدراسة ضمن المقررات الدراسية لكلية التربية لتعزيز الجاهزية الاكاديمية .

3 – استخدام وسائل التكنولوجيا الحديثة ، وذلك باستخدام تطبيقات إدارة الوقت ، والملاحظات لتحسين تنظيم الدراسة .

4 – تشجيع العمل الجماعي بين الطلاب لتبادل الخبرات حول تنظيم الدراسة ، وتطوير استراتيجيات مشتركة لتعزيز الأنشطة التعاونية .

5 – التوجيه الاكاديمي الفردي ، من خلال إنشاء برامج إرشاد فردي للطلاب لتطوير مهاراتهم التنظيمية ، لتغلب على التحديات الاكاديمية .

6 – تقديم خدمات الدعم النفسي والاجتماعي لمساعدة الطلاب على التغلب على التوتر المرتبط بالدراسة ، وتحقيق توازن أفضل .

**المقترحات :**

يقدم البحث المقترحات الآتية :

1 – مقارنة وجهات نظر الطلاب بأعضاء هيئة التدريس لتقديم صورة شاملة عن تأثير تنظيم الدراسة .

2 – إجراء دراسات مقارنة لمقارنة نتائج البحث مع دراسات مماثلة في كليات أخرى داخل ليبيا أو خارجها لتحديد أوجه التشابه والاختلاف .

3 – اقتراح استراتيجيات عملية يمكن تطبيقها مباشرة لتحسين تنظم الدراسة بين الطلاب .

المراجع :


1. امجاد عباد مسلم القرشي : إدارة الوقت وعلاقته بالضغوط الاكاديمية وقلق الاختبار لدى طالبات جامعة الطائف ، جامعة الطائف ، كلية التربية ، مجلة كلية التربية ، أسيوط ، المجلد (37) ، العد (6) ، 2021 .
2. ايناس أكرم أحمد الحناوي : دور تكنولوجيا المعلومات في إدارة الوقت لدى مديري مدارس وكالة الغوث بمحافظات غزة وسبل تفعيله ، رسالة ماجستير ن تخصص أصول التربية ، قسم الإدارة التربوية ، كلية التربية ، الجامعة الإسلامية بغزة ، فلسطين ، 2011.
3. عبد الصمد الاغبري : الإدارة المدرسية البعد التخطيطي والتنظيمي المعاصر ، دار النهضة العربية ، بيروت ، 2000.
4. محمد حسين العجمي : الإدارة المدرسية ، ومتطلبات العصر ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2000.
5. أمال عبد الفتاح محمد شيعشع : استخدام إدارة الوقت في تطوير عمل مديري المدارس الإعدادية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، بدمياط ، جامعة المنصورة ، 2004.
6. عصام بدوي : موسوعة التنظيم والإدارة في التربية البدنية والرياضية ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2001.
7. ندى أحمد عبد الله عبد : مهارات التعلم والاستذكار لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة عمان للدراسات العليا ، عمان ، الأردن ، 2007.
8. رفعان آل الشريف : واقع استغلال الوقت لدى طلاب المرحلة الثانوية بإدارة التعليم بمحافظة رجال آلمع ، المملكة العربية السعودية ، مجلة كلية التربية ، جامعة الأزهر ، العدد (183) ، الجزء الثالث ، 2019.
9. الغراز وآخرون : الضغوط الاكاديمية والتوجهات الدافعية وعلاقتهما بمهارات إدارة الوقت لدى طلاب الجامعة ، مجلة كلية التربية ، جامعة بور سعيد ، مجلد (3) ، العدد (6) ، 2000 .

10 – فوقية محمد راضي : مهارات إدارة الوقت لدى طلاب الجامعة وعلاقتها بالتحصيل الدراسي والقدرة على التفكير والابتكار والضغوط النفسية ، مجلة كلية التربية ، جامعة المنصورة ، المجلد (41) ، العدد (3) ، 2002.

11 – علي منصوري : النظرية البنائية لجان بياجي ، رؤية مبسطة في المفاهيم الأساسية من خلال اكتساب اللغة ، مجلة الآداب واللغات ، المجلد (8) ، العدد (4) ، 2021.

12 – محمود سليمان أحمد داهواد :تأثير البيئة التعليمية المدرسية في التحصيل الاكاديمي لطلبة المدارس الحكومية الأردنية فب مادة العلوم وجهة نظر الطلبة ، إدارة البحوث والنشر العلمي (المجلة العلمية ) كلية التربية ، جامعة أسيوط ، المجلد التاسع والثلاثون ، العدد الخامس ، الجزء الثاني ، مايو 2023.

13 – حنا عوكر : أسس النظرية البنائية في عملية التعلم والتعليم وتطبيقاتها التربوية ، المركز التربوية للبحوث والأنماء ، 2021.

14 – ماجدة مصطفى عبد الله عبد الرزاق : تطوير إدارة مديري مدارس التعليم العام باستخدام إدارة الوقت ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة عين شمس ، 2003.

15 – نادر أبو شيخة : إدارة الوقت ، عمان ، الأردن ، دار مجد لاوي للطباعة والنشر ، 1991.

16 – هدى مصلح ، سعاد العبد : دراسة تقويمية للمعوقات التي تواجه برامج التربية العملية لمعلم المجال في كلية التربية في جامعة بيت لحم ومقترحات لتطويرها من وجهة نظر الطلبة والمعلمين المرشدين ، مجلة جامعة بيت لحم ، العدد (38) ، 2021.

17 – النبل وآخرون : ضغوط البيئة المدرسية وعلاقتها بمستوى الشعور بالصحة النفسية لدى عينة من طلاب الصف الأول الثانوي ، المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية ، المجلد (4) ، العدد (1) ، 2020.

–خديجة عبد الله شهاب ، محمد أمين الضناوي : تأثير تعديل العادات الدراسية وتنظيم الوقت في تحسين المستوى الاكاديمي ، مجلة الآداب والعلوم الإنسانية ، العدد (26) ، 2023.

18 – علي الزغبي ، محمود الواوي : أساليب البحث العلمي ، دار المناهج ، عمان ، الأردن ، 2011.

19 – طارق السويدان ، محمد اكرم العدلوني : فن إدارة الوقت ، دار أبن حزم للطباعة والنشر ، بيروت ، لبنان ، 2001.

20 – فهد ناصر العبودي : فن إدارة الوقت ، دار طويق ، للطباعة والنشر ، الرياض ، السعودية ، 1423هـ .

21 – جمال السيد مصطفى : مهارات إدارة الوقت وعوامل الشخصية ونمط السلوك لدى عينة من طلاب الدراسات العليا ، مجلة البحوث النفسية والتربوية ، كلية التربية ، جامعة المنوفية ، المجلد (21) ، العدد (3) ، 2006.

22 – نبيل كامل دخان ، بشير إبراهيم الحجار : الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الإسلامية وعلاقتها بالصلابة النفسية لديهم ، مجلة الجامعة الإسلامية ، المجلد (4) ، العدد (2) ، 2006.

23 – لولية الهاشمي ، اسية أبو راس : مضيعات إدارة الوقت واستراتيجيات التغلب عليها ، عالم التربية ، المجلد (17) ، العدد (53) ، 2016 .

24 – عبد الرحمن وآخرون : مهارات إدارة الوقت وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى عين من الطلاب الموهوبين رياضيا في المرحلة الثانوية في دولة الكويت ، جامعة الخليج العربي ، المنامة ن البحرين ، المجلة العربية للعلوم ونشر الأبحاث – مجلة العلوم التربوية والنفسية ، المجلد الأول ، العدد الثاني ، 2017.

25 – جمعة سيد يوسف : إدارة الضغوط ، مطبوعات مشروع الطرق المؤدية إلى التعليم العالي ، مركز تطوير الدراسات العليا والبحوث ، كلية الهندسة ، جامعة القاهرة ، 2006 .

26– سيد شتا وآخرون : مهارات التعلم الذاتي ،ليبيا ، طرابلس ، منشورات الجامعة المفتوحة

27– استراتيجيات تنظيم اليوم الجامعي : دليلك لتحقيق النجاح الاكاديمي : مقال ، 8/ 4/ 2024، الأردن ، صراحة نيوز اخبار تعليم الجامعات .

28– ربحي مصطفى عليان : إدارة الوقت النظرية والتطبيق ، دار جرير للنشر والتوزيع ، عمان ، 2005.

29– سهيل مهند سلامة :إدارة الوقت منهج متطور للنجاح ، مجلة القافلة ، العدد (12) ، 1416هـ

30– بشير العملاق : أساسيات إدارة الوقت ، عمان ، دار البازوروي العلمية للنشر والتوزيع ، 2009.

31– حسن شبيب – عبد الواحد أحمد محمد : الدافعية المهنية وعلاقتها بمهارات النجاح الأكاديمي لدى طلاب الجامعة ، القاهرة ، جامعة الازهر ، كلية التربية ، مجلة التربية ، العدد (187) ، الجزء الرابع ، 2020.

32– سالم الرهيمي و توفيق المارديني : أثر إدارة الوقت في التحصيل الاكاديمي للطلبة بجامعة إربد الأهلية (دراسة ميدانية على طلبة جامعة إربد الأهلية)، الأردن ، جامعة إربد الأهلية ، كلية العلوم الإدارية والمالية ، مجلة جامعة دمشق للعلوم الاقتصادية والقانونية ، المجلد (30) ، العدد الأول ، 2014.

33 – مريم عويني : مهارة إدارة الوقت لدى طلاب الجامعة (استكشافية على عينة من طلاب جامعة قاصدي مرباح ، كلية العلوم الاجتماعية ، ورقلة ، الجزائر، 2018.