

فعالية برنامج تدريبي قائم على استراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً فى خفض العبء المعرفى لدى طالبات الجامعة

نشوة عبدالمنعم عبدالله¹

المستخلص :

استهدف البحث التحقق من فعالية برنامج قائم على استراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً لخفض العبء المعرفى لدى طالبات الجامعة، وتكونت عينة البحث من (40) طالبة من طالبات الفرقة الثانية علم نفس تربوى بكلية البنات - جامعة عين شمس؛ بمتوسط عمرى (18.9)، تم تقسيمهن إلى مجموعتين؛ (20) طالبة للمجموعة التجريبية؛ و(20) طالبة للمجموعة الضابطة، وتمثلت أدوات البحث فى مقياس العبء المعرفى (إعداد الباحثة)، ومقياس التعلم المنظم ذاتياً (ترجمة الباحثة)، والبرنامج التدريبى (إعداد الباحثة)، وتوصلت نتائج البحث إلى وجود فروق دالة احصائياً فى استراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً عند مستوى (0.01) لدى أفراد المجموعة التجريبية بين القياسين القبلى والبعدى لصالح القياس البعدى، وجود فروق دالة احصائياً فى استراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً بين المجموعتين التجريبية والضابطة عند مستوى (0.01) فى القياس البعدى لصالح المجموعة التجريبية، وجود فروق دالة احصائياً فى العبء المعرفى عند مستوى (0.01) بين المجموعتين التجريبية والضابطة فى القياس البعدى لصالح المجموعة التجريبية، وجود فروق دالة احصائياً فى العبء المعرفى عند مستوى (0.01) لدى أفراد المجموعة التجريبية بين القياسين القبلى والبعدى لصالح القياس البعدى، عدم وجود فروق دالة احصائياً بين القياسين البعدى والتتبعى على كل من استراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً والعبء المعرفى . الكلمات المفتاحية: استراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً - العبء المعرفى - طالبات الجامعة.

**فعالية برنامج تدريبي قائم على استراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً
فى خفض العبء المعرفى**
**Effectivness Of Training Program Based on Self-Regulated Learning
.Strategies to Reduce Cognitive Load in Females University Students**

Dr / Nashwa Abdelmonem Abdallah
Lecturer of Educational Psychology
Faculty of Women-Ain shams University

Research aimed at examining effectiveness of training program based on self-regulated learning Strategies to reduce Cognitive Load. Sample consisted of (40) Female university students of the second year, Dep. of educational psychology, (mean age=18,9), were divided into two groups, (20) for Experimental group and (20) for Control group. Tools, were Cognitive Load scale, Training program (designed by researcher), self-regulated learning scale (translated by researcher). Results indicated that There were statistical significant differences (0.01) in self-regulated learning Strategies in Experimental group between pre-test, post-test due to training program in favor of post-test. There were statistical significant differences (0.01) in self-regulated learning Strategies in post-test between Experimental group and Control group in favor of Experimental group. There were statistical significant differences (0.01) in Cognitive Load in Experimental group between pre-test, post-test in favor of post-test. There were statistical significant differences (0.01) in Cognitive Load in post-a test between Experimental group and Control group in favor of Experimental group. There were no statistical differences in self-regulated learning Strategies & Cognitive Load in post-test, Follow-up test

.Key Words: self-regulated learning Strategies - Cognitive Load- Female university students.